

СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ И ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫЕ МЕРЫ ПО ИХ УСТРАНЕНИЮ

Савельева Юлия Кирилловна

студент, Санкт-Петербургский архитектурно-строительный университет, РФ, г. Санкт-Петербург

Вольский Василий Васильевич

студент, Санкт-Петербургский архитектурно-строительный университет, РФ, г. Санкт-Петербург

Хлебутина Элина

студент, Санкт-Петербургский архитектурно-строительный университет, РФ, г. Санкт-Петербург

Николаева Александра Александровна

канд. пед. наук, доцент, Санкт-Петербургский архитектурно-строительный университет, РФ, г. Санкт-Петербург

Жорж Кандилис, ссылаясь на Афинскую хартию, СИАМ 1933 года, подчеркивает главные четыре функции градостроительства: жить, работать, передвигаться и развивать свое тело и дух. Данная статья посвящена вопросам развития своего тела в условиях современного мегаполиса, и тому, как градостроительные решения могут расширить возможности для занятий физкультурой и спортом. Актуальность проблемы привлечения в активную спортивную и физкультурную деятельность молодежи неоднократно подчеркивалась на всех уровнях. Физическая культура и спорт являются неотъемлемой частью здорового образа жизни в целом. Забота о состоянии своего организма – неременный порядок современного человека. Физкультурно- спортивные возможности для физического развития человека – это важный фактор улучшения здоровья, профилактики многих болезней, продления здорового долголетия, организации активного отдыха. Создание личного спорт режима, спорт питания, тренировок это индивидуальный подход по разработки дальнейшего восприятия организма. Развитие полноценной личности человека невозможно без регулярной физической активности. В последнее время наиболее значимой проблемой стала не заинтересованность нынешнего поколения в занятиях физической культурой и спортом. Как привлечь молодое поколение? Что необходимо создать, добавить, исключить? Как заинтересовать людей заниматься физической культурой? Необходимо определить и сопоставить проблемы отсутствия интереса и желания, а также потребности в занятиях спортом молодежи. Найти оптимальные пути решения, предлагаемые Правительством РФ и регионов для исключения сложившейся ситуации. Для решения исходящих проблем в сфере физической культуры и спорта на территории всей России, в каждом ее регионе, в каждом городе и областном центре стали функционировать или находятся на стадии строительства физкультурно-оздоровительные комплексы (ФОК). Чем больше разносторонних физическо - оздоровительных комплексов, тем больше заинтересованности молодого поколения. Забота о собственном здоровье - это и есть насущное дело и необходимая обязанность каждого человека, он не вправе перекладывать ее на окружающих. С юного возраста необходимо вести активный, здоровый, правильный образ жизни, закаливаться, правильно питаться, соблюдать режим сна, заниматься физической культурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены (следить за здоровьем правильно по погоде одеваться, что является важным моментом по состоянию

человека в целом). На территории микрорайонов следует размещать спортивные площадки для самостоятельных занятий населения, игровые площадки для детей, площадки для активного развития детей. Оборудование предназначенное для физического развития такое , как тренажеры разных видов вызывают у людей интерес. Необходимо устанавливать в каждом дворе, школе в общих учебных учреждениях. Основной подход в развитии всеобщего физкультурно-спортивного занятия (движения) имеет разъяснение активного и здорового образа жизни. Исходя из этого необходимо проектирование условий не только для организованных предприятий , но и для желающих тренироваться самостоятельно рядом с домом. От количества устанавливаемых спортивных площадок зависит массовое оздоровительное начало . Не смотря на чрезмерное развитие системы платных фитнес-клубов и оздоровительных центров, их общедоступность для массовых слоев населения остается относительной. 80% людей не имеют возможности или желания оплачивать дорогостоящие абонементы. Острой проблемой является профессиональная спортивная экипировка – форма, обувь, спортивные снаряды и тренажеры. В то время, как проблема общедоступности основной информации по активному образу жизни на сегодняшний день практически полностью решена при помощи горизонтальных связей общества социальные сети. Крупнейшие видеохостинги, к примеру, Youtube, Instagram, Twitter предлагают огромный выбор видеозаписей, на которых вы можете ознакомиться с плановым режимом физических занятий специалистов, получить необходимое человеку, недавно начавшему заниматься спортом или вдохновленному примером профессионалов. А также различных видов журналы , статьи, личные фитнес тренера знакомят вас с проработкой спорт занятий. Мотивация людей занимающихся спортом призывает неуверенных в себе людей заниматься, становиться лучше, идти к новому этапу и образу жизни. Быть заинтересованным в своем строение тела, в своем организме . Занятие спортом не должно быть как недолжное дело, это обязанное дело каждого человека, заинтересованного в дальнейшей своей здоровой жизни. Персональные тренировки ,еда, тренера все для удобства проживания здорового образа жизни. Два самых важных дня в жизни - это день, когда ты рождаешься на свет и день, когда понимаешь зачем? Иметь мечту не просто возможность, а самая настоящая необходимость! В этом мире нет ничего ,чего бы ты не мог достичь...Самое важное в жизни напряжение, испытание. Становиться лучше,быть лучшим это и есть мотивация. Нет ничего невозможного, так будем лучше! Не отсанавливаться идти к цели . Спортивные люди справляются с негативными мыслями каждый день, они могут справиться с любой сложностью. Спортивные люди- великие люди,они думают иначе ,действуют и живут иначе. Быть успешным значит быть здоровым. Спортom в жизни можно выйти на новый уровень, твой тон изменится ,твоя речь станет иной, совершенно начнешь выражать свои мысли ,станешь более естественным ,станешь вызывать больше доверия. Спорт -это верa в то ,что ты выше любой ситуации! К не лучшему исходу , несмотря на существование физкультурно- оздоровительных комплексов и пропаганду здорового образа жизни, по сей день плохо развита сеть общественных пространств на территории микрорайонов. В особенности, в центре Санкт-Петербурга, наблюдается явный недостаток общественных спортивных пространств, совместно с труднодоступностью имеющихся. Например, футбольное поле на ул. Подъяческой закрыто в течение выходных дней. Улучшение работы имеющейся спортивной инфраструктуры, обустройство спортивных снарядов (турников, брусьев, гимнастических колец, шведских стоек, козлови прочих тренажеров) на дворовой территории жилых домов значительно повысит количество желающих заниматься спортом, при минимальных затратах со стороны городского бюджета. Возможно также воспользоваться зарубежным опытом в части устройства повсеместных велодорожек, дублирующих маршруты наземного общественного и частного транспорта. Зарубежный опыт позволит добиться положительных результатов сразу по перечисленным направлениям : будет расширен круг людей, вовлеченных в занятия спортом, вредные выбросы в атмосферу будут снижены и будет разгружена городская транспортная сеть, что является удобным для общего пользования людей. В большом количестве случаев это также не потребует имеющихся затрат со стороны бюджета: достаточно обозначить цветом участки тротуара и/или проезжей части, предназначенные для велосипедистов, визуальное пространство станет практичным для пользования. В непосредственной близости от жилых домов необходимо располагать разнообразные спортивные центры и площадки, позволяющие населению самостоятельно заниматься спортом, вести активный образ жизни. В свою очередь, разбив эти зоны по возрастной категории, можно обеспечить комфортные условия для всех слоев населения. Кроме того, необходимо оптимизировать работу существующих стадионов, футбольных полей, баскетбольных и волейбольных площадок и прочих спортивных объектов и сооружений. Как

же в таком случае привлечь социальное общество к спорту? Нужно хотя бы начать с разработки окружающей среды. Для этого следует уделять внимание развитию систем прогулочных, беговых и велосипедных дорожек, организации спортивных площадок, способствующих созданию полноценных условий для занятий физической культурой детей, подростков и взрослого населения. Имеет смысл модернизация уже сформировавшихся во многих районах города сезонных общественных площадок для занятий спортом. Например, зимой жители Петербурга активно используют пруд в Юсуповском парке в качестве катка. Создание там возможности аренды коньков и установка минимального оборудования, такого как скамейки для переобувания, могло бы заинтересовать большее количество людей в активном отдыхе. В свою очередь молодежь проходя мимо не упустит возможности прокатиться на коньках. Массовое занятие тренировочными периодами детских игр, позволит обществу привлечь внимание и других людей к спорту. Главным пунктом современного подхода в ландшафтном проектировании является развитие зелено-голубой инфраструктуры города.

Сооружение мест для индивидуальных тренировок, обеспечение зеленым газоном удобным для тренировок, логично и обоснованно именно в зеленых зонах, где сосредоточено большинство водоемов и садово-парковых растений. Развитие таких площадок может сильно повысить доступность занятий спортом для всех слоев населения. Кроме этого, в данной среде повысится комфорт и польза от активного отдыха и тренировок. Возможны занятия йогой, медитированием, растяжкой и прочем. Обязательно создание системы пешеходных дорожек с определенной длиной пути, оснащенной местами для отдыха, искусственным освещением, информационными указателями и знаками, картами с указанием маршрутов и их протяженностью. Дорожки для велосипедистов необходимо размещать вне зависимости от пешеходных, обеспечивая тем самым повышенную безопасность, а также оснастить их собственной инфраструктурой, чтобы пешеход не сталкивался с велосипедистами и не происходили ситуации связанные с травмами. Устранение нехороших дорог, улучшение асфальта все это для благого занятия спортом. В современном мире джентрификация стала одним из главных методов улучшения неблагоприятных для жизни районов города. Преобразование рабочих или свободных зон позволяет увеличить количество зеленых насаждений, мест для активного отдыха и спортивных площадок. Примерами удачных решений в зарубежной архитектурной практике являются проект парка High-Line в Манхэттене и Coulee Verte Rene Dumont в Париже. Эти объекты стали не только оптимальными местами для прогулок и занятий спортом, но и органично вписались в застройку города, повысив престиж и внешний облик своего района. В России примером реконструкции и обновления индустриальных районов является проект реновации "мрачно-серого пояса" Санкт-Петербурга, направленный на преобразование загрязненных и непривлекательных исторически сложившихся промышленных территорий в центре города. Проводимый в 2016 году Комитетом по градостроительству и архитектуре Санкт-Петербурга закрытый международный конкурс позволил разработать новые планировочные и объемно-пространственные решения, применимые к историческому промышленному поясу города, а также выбрать наиболее удачные проекты, представленные 9 архитектурными бюро. Эти идеи найдут будут применены в разработке нового Генерального плана города на 2018-2043 гг. Учеными доказано, что люди, которые регулярно занимаются спортом и ведут активный образ жизни, в 1,5 раза меньше утомляются, в 2,5 раза реже болеют гипертонической болезнью, в 2 раза реже болеют заболеваниями органов пищеварения, в 3,5 раза реже заболевают хроническим тонзиллитом и в 2 раза реже – гриппом и этот список можно продолжать бесконечно, потому что влияние физической культуры на организм человека безмерно. Результатом является то, что люди, активно занимающиеся спортом, в 2,3 раза реже пропускают работу по состоянию здоровья. Привлечение молодого поколения и детей к занятиям спортом и физической культурой не в полной мере неблагоприятно влияет на здоровье будущего поколения, а также ведет к росту наркомании, детского и подросткового алкоголизма и преступности, это тоже отражается на социально-экономических показателях. Негативная ситуация, связанная с состоянием здоровья населения и социальной демографией, ухудшается. Производительность труда каждого работника зависит от некоторых факторов: интеллектуальные возможности, творческий потенциал, жизненная активность и физические качества. Регулярные и систематические занятия спортом и физической культурой оказывает благоприятное влияние на состояние человека, повышает умственную активность, а также оказывают немаловажное влияние на целеустремленность человека. Здоровый, целеустремленный человек может быть успешен во всем, потому что он

полон сил и энергии, с помощью которых он может преодолевать возникающие трудности. Ученые доказали, что занятия физической культурой также увеличивают трудоспособный возраст и положительно влияют на умственную активность. К примеру, утренняя гимнастика или пробежка – одни из лучших способов привести свой организм в тонус, ускорить обмен веществ, улучшить его работу и повысить мозговую активность. В современном мире, в условиях ускоренного старения населения и превышения смертности над рождаемостью влияние этих факторов имеет неотложное значение для сохранения и увеличения темпов экономического роста. Для достижения высоких социально-экономических показателей необходима эффективная государственная политика в сфере занятий физической культурой и спорта. Пути достижения этой цели могут быть разнообразны. Для начала, необходимо пропагандировать правильный образ жизни и регулярные занятия физической культурой в средствах массовой информации в большей мере, чтобы каждый человек знал обо всех преимуществах, возможностях и о пользе влияния этих занятий на его организм и здоровье. Во-вторых, это частое проведение массовых спортивных мероприятий в каждом регионе нашей страны, оно способствует объединению людей в различные спортивные движения и клубы. В-третьих, это полный доступ всех граждан к занятиям физической культурой в учреждениях, оснащение этих учреждений качественным спортивным инвентарем и соответствие всем необходимым требованиям. В-четвертых, это участие каждого из нас, потому что все традиции и обычаи человека закладывается главным образом в семье, поэтому следует привлекать детей к спорту с самого раннего возраста, отдавать в различные спортивные секции, это является залогом крепкого здоровья наших детей. При дальнейших сложившихся тенденциях в развитии физической культуры и спорта неизбежны: - сокращение продолжительности жизни и ухудшение здоровья граждан РФ; - большие экономические потери государства из-за заболеваемости населения. Эта проблема актуальна также тем, что, в конечном итоге, все стороны человеческой жизни определяются уровнем здоровья. Он охватывает как духовно-практическую сущность человека (психическое здоровье), «вещную» структуру (физическое здоровье), так и сторону целостного всестороннего развития (социальный и моральный аспект). Качество и уровень жизненной стойкости человека и самореализации в современном обществе в той или иной мере зависит от занятий спортом и физической культурой. Спорт и физическая культура решают проблему воспроизводства физических способностей человека, а также являются важной частью культуры и всего общества. Во-первых, от духовной культуры общества физическая культура получает и перерабатывает научно-философскую информацию и идейно-теоретическую. Во-вторых, физическая культура обогащает науку, искусство, культуру ценностями, которые представлены в виде научных знаний, теорий, методик спортивной тренировки и физического развития. Практика в сфере спорта имеет материальные и духовные ценности. Признаком материальных ценностей являются результаты её воздействия на биологическую сторону человека – двигательные возможности, т.е. физические качества. К материальным ценностям физической культуры можно также отнести спортивные учреждения, спортивные сооружения, спортивные базы учебных заведений, научно-исследовательские институты. Включить в обязательные предметы физическую культуру, тем самым заставить людей заниматься спортом. Роль физической культуры и спорта очень важна для здоровья нации нашей страны. Большое внимание развитию спорта и его инфраструктуры уделялась в бывшем СССР, так уделяется и в современном российском государстве. Через увеличение количества спортивных учреждений и сооружений выражается его значимость для общества. Проблемной задачей государственной политики нашей страны является разработка благоприятных условий для роста благосостояния населения, национального благосостояния и обеспечения долгосрочной социальной стабильности. Для устранения этой задачи необходимо создать базу для улучшения и сохранения физического и духовного здоровья людей. Поднять заинтересованность молодого поколения в сфере спорта. Однако показатели здоровья и физической подготовки детей, молодежи, рост наркомании и алкоголизма указывают на остроту проблемы развития массового спорта. В данных международных организаций, Российская Федерация занимает 143-е место в мире наравне с беднейшими государствами, такие как Африка и Азия, и имеет показатель ожидаемой продолжительности жизни 67 лет. В развитых странах, например, в Великобритании и в Австралии действуют целевые программы по физической культуре и спорту, в результате этого показатель ожидаемой продолжительности жизни в таких странах уже приближается к 80 годам. В заключение можно сказать, что, занимаясь физической культурой, человек восстанавливает свой эмоциональный потенциал и развивает трудовой, он способен переключаться на разные виды деятельности. Также человек получает новый и полезный для себя материал,

приобретает навыки и умения в сфере двигательной активности, правильного питания и здорового образа жизни в целом. Отвлечение от своего рода личных проблем, устранения различных болезней .

Всё это выступает важнейшим элементом процесса воспроизводства качественной рабочей силы, что способствует развитию экономики нашей страны и положительно влияет на социально-экономическое развитие. Без комплекса мер по созданию условий для занятий физической культурой на регулярной основе негативная ситуация, связанная с состоянием здоровья населения и социальной демографией, ухудшится. Необходимо устранить эти проблемы и сделать мир лучше, живее, здоровее, счастливее!

Список литературы:

1. Научная библиотека КиберЛенинка: <http://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-ekonomicheskie-problemy-v-oblastisporta-i-fizicheskoy-kultury-sistemy-vuza-puti-resheniya-irazvitiya#ixzz4dJeI3Tyx>
2. Аристова Л.В. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта / Л.В. Аристова // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 5. – С. 2-8.
3. Братановский С.Н. Государственное управление физической культурой и спортом: учебник. – Саратов, 2009. – 362 с.
4. Виноградов П.А. О современной концепции развития физической культуры и спорта / П.А. Виноградов // Современные проблемы и концепции развития физической культуры и спорта. Часть I. – Челябинск: УрГАФК, 2005. – 289 с.
5. Галкин В.В. Экономика и управление физической культурой и спортом: Учебное пособие для вузов / В.В. Галкин. – Ростов-н/Д.: Феникс, 2006. – 441 с.: ил. – (Высшее образование). – ISBN 5-222-07908-2: 144.90.
6. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы»: Постановление Правительства РФ от 11 января 2006 г. № 7 [Электронный ресурс] // Инновационные проекты малого бизнеса. – 2006. – Режим доступа: <http://project.innovbusiness.ru>
7. Кандилис Ж. Стать архитектором: Перев. с франц. – М.: Стройиздат, 1979. – 272. С., ил. – Перевод изд.: Devenir Architecte/G. Candilis