

## **ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА**

Статья посвящена проблеме здорового образа жизни молодежи как основному средству повышения человеческого капитала. Рассматривается проблема подверженности молодежи вредным привычкам. Особое внимание уделяется программам по развитию здорового образа жизни молодежи. Авторы приходят к выводу, что популяризация здорового образа жизни в молодежной среде играет немаловажное значение в социально-экономическом развитии России.

Ключевые слова: здоровье, молодежь, человеческий капитал, здоровый образ жизни.

Традиционно под человеческим капиталом понимают сформированный человеком фонд здоровья, знаний, навыков, способностей, мотиваций, которые рационально используются в различных сферах жизни и содействуют росту производительности труда и эффективности производства, тем самым влияя на рост доходов человека, семьи, фирмы и всего общества в целом. Накопление человеческого капитала происходит через социальные институты: образование формирует интеллектуальную составляющую, здравоохранение – биологическое и физическое качество и др.

В настоящее время, с одной стороны, наблюдаются положительные тенденции в сфере образования и здоровья молодого поколения. Так, молодежь стремится к получению высшего образования, всесторонне развивая свои навыки и умения, а также к занятиям спортом, поддерживая себя в хорошей физической форме. Состояние здоровья молодого населения является важнейшим слагаемым здорового потенциала нации, поэтому сохранение и развитие здоровья молодежи, формирование здорового образа жизни (далее – ЗОЖ) и их поддержка имеет важное, приоритетное значение для государства, о чём свидетельствует Государственная программа «Развитие здравоохранения» [3].

С другой стороны, все чаще поднимается вопрос пропаганды ЗОЖ среди современной молодежи. Молодое поколение не осознаёт в полной мере реальных последствий вредных привычек (курение, употребление наркотиков и алкоголя). Молодое население предпочитает руководствоваться принципом «в жизни нужно попробовать всё», забывая, что вредные привычки оказывают негативное воздействие как на жизнь отдельной личности, так и на общество в целом. Об этом гласят результаты выборочных исследований за последние 10 лет [7, С. 61-62]. Так, например, треть молодого населения в возрасте от 15 до 24 лет употребляет табачные изделия.

В сложившихся условиях особое значение для процесса развития и повышения человеческого капитала приобретает проблема популяризации ЗОЖ среди молодежи. В России выдвигаются серьезные требования к здоровью молодежи, к примеру, формирование у человека основных принципов ЗОЖ, отказ от курения, потребления наркотических и психотропных веществ, а также алкоголя. Анализ процессов научно-технического развития показывает, что человеческий капитал становится одним из важнейших факторов роста и развития национальной экономики.

Решение данной проблемы осуществляется как на федеральном, так и на региональном уровне. В Стратегии развития молодежи РФ до 2025 года отмечены важнейшие вызовы для молодежной политики [9]. Во-первых, это «снижение человеческого капитала молодежи по количественным и качественным критериям, усиление его дифференциации на территории страны, отток талантливой и инициативной молодежи в более развитые страны, приток на российский рынок труда низко квалифицированных трудовых ресурсов». Во-вторых, это «снижение общего уровня здоровья молодого поколения, отсутствие сформированной культуры ЗОЖ, сохранение на высоком уровне

заболеваемости молодёжи, потребления наркотиков и алкоголя, табакокурения, высокое число искусственных прерываний беременности и низкие репродуктивные установки».

Одним из инструментов вовлечения молодёжи в регулярные занятия физической культурой и спортом является единый календарный план физкультурных и спортивных мероприятий, утверждаемый Министерством спорта РФ [4], а также введение физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – ГТО) [1]. В соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1147 в текущем году поступающим на обучение по образовательным программам высшего образования, обладающим золотыми знаками отличия ГТО, осуществляется начисление дополнительных баллов [8].

Тем не менее, на сегодняшний день количество платных спортивных учреждений (тренажёрные залы, фитнес-центры и т.д.) преобладает над бесплатными. Небольшая посещаемость фитнес-центров молодежью вызвана тем, что студенты не могут оплачивать абонементы в залы в силу невысоких стипендий. Способом привлечения молодого поколения в фитнес-центры может послужить, например, введение системы скидок для обучающихся или проведение бесплатных мастер-классов с известными представителями различных видов спорта.

На территории Свердловской области Министерством физической культуры, спорта и молодёжной политики разработан комплекс мер по содействию развитию физической культуры и спорта в регионе на период до 2020 года [6]. К приоритетным мерам причисляют создание условий для развития детско-юношеского и студенческого спорта, развитие эффективной и доступной инфраструктуры, модернизация материально-технической базы физкультурно-спортивной отрасли.

В целях развития физической подготовки молодёжи федеральными государственными образовательными стандартами предусматривается обязательное наличие в учебном плане физической культуры, причём в объём недельной учебной нагрузки общеобразовательных учреждений с 2011 года был введён дополнительный третий час физической культуры. В целях поощрения студентов, занимающихся спортом, предусматривается также возможность получения различного рода стипендий за спортивные достижения [2].

Помимо этого, в образовательных учреждениях проводятся публичные мероприятия, направленные на пропаганду ЗОЖ у молодёжи. Особенностью данных мероприятий является использование нестандартных методов воздействия на поведенческие паттерны молодых людей, в частности PR-компании и социальные технологии [5, С. 119-121].

Примером популяризации ЗОЖ среди молодёжи может служить футбольный поединок игроков футбольного клуба «Урал» и двухсот школьников, который прошёл 1 сентября 2016 года в одной из школ Екатеринбурга в рамках подготовки к Чемпионату мира по футболу 2018 года.

Подводя итог, следует отметить, что ЗОЖ и его популяризация среди молодёжи играет немаловажное значение в социально-экономическом развитии России, поскольку основной составляющей в структуре экономически активного населения в ближайшие годы будет именно молодое поколение. Для него будут определяющими уровень здоровья, знаний, навыков и способностей. Действующие в данный момент комплексы мер по содействию популяризации ЗОЖ требуются пересмотреть. Необходимо сделать занятия спортом более доступными для молодёжи с экономической точки зрения. В таком случае количество людей, желающих поддерживать себя в физической форме, будет возрастать. Тем самым, каждый сможет увеличить уровень своего человеческого потенциала.

#### **Список литературы**

1. «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)» [Электронный ресурс]: Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года № 172. Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».

2. «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]: Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ (ред. от 03.07.2016). Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».
3. Государственная программа Российской Федерации «Развитие здравоохранения» [Электронный ресурс]: Утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 15 апреля 2014 г. №294. Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».
4. Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий на 2016 год [Электронный ресурс] / Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации. 21.10.2016. Режим доступа: <http://minsport.gov.ru/sport/high-sport/edinyu-kalendarnyu-p/>. (Дата обращения: 24.10.2016 г.)
5. Задорина М.А. Социальный пиар в молодежной среде: «простые» проблемы и непростые способы их решения // Социальная активность молодежи: векторы развития: сборник материалов по итогам II социально-педагогических чтений им. Б.И. Лившица: Екатеринбург: УрГПУ, 2010. – С. 119-121.
6. Комплекс мер по содействию развитию физической культуры и спорта в Свердловской области на период до 2020 года [Электронный ресурс]: Утвержден Приказом Министерства физической культуры, спорта и молодежной политики Свердловской Области от 24.01.2014 №28/ОС. Доступ из системы ГАРАНТ.
7. Молодежь в России. 2010: статистический сборник. – Москва: ИИЦ «Статистика России», 2010. – 166 с.
8. Портал Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс] / Всероссийский физкультурно-оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне». 30.05.2016. Режим доступа: <http://www.gto.ru/news/-nachislenie-dopolnitelnyh-ballov-pri-postuplenii-v-vuzy-rf-a>. (Дата обращения: 20.10.2016 г.)
9. «Стратегия развития молодежи Российской Федерации на период до 2025 года» [Электронный ресурс] / Федеральное агентство по делам молодежи. Режим доступа: <http://fadm.gov.ru/mediafiles/documents/document/98/ae/98aeadb5-7771-4e5b-a8ee-6e732c5d5e84.pdf>. (Дата обращения: 20.10.2016 г.)

*A.A. Bugashev, S.I. Rychkov*

#### **POPULARIZATION OF HEALTHY LIFESTYLE AMONG THE YOUTH PEOPLE AS MEANS OF IMPROVEMENT OF HUMANS CAPITAL**

This article is devoted to a problem of a young people's healthy lifestyle as a main tool of rising of the human capital. Authors say that young people are adherent to the harmful habits. The special attention is paid to programs of healthy lifestyle of young people at all. The authors make the conclusion that popularization among young people has an importance in the socio-economical development of Russia.

Keywords: health, youth, human capital, healthy lifestyle.