

периодов физического и умственного напряжения с периодами полного расслабления.

Немаловажное значение в здоровом образе жизни (ЗОЖ) – это здоровое питание. Пища должна быть натуральной, не жирной, должна содержать все необходимые макро и микроэлементы, в идеале, если план питания будет составлен диетологом. Начинаям практиковать здоровый образ жизни следует уделять физическим упражнениям хотя бы 30 минут в день: двигательная активность – один из основных факторов, влияющих на здоровье человека. Какой именно разновидностью физической активности заниматься – каждый решает сам, в соответствии со своим возрастом, темпераментом и возможностями. И конечно это отказ от вредных привычек. Обязательно нужно укреплять свой организм с помощью лечебных травок и закаливания. Это поможет укрепить сосудистую систему, стимулировать нервную систему и поднимать общий тонус организма [1].

Список литературы

1. Здоровье человека и его зависимость от образа жизни [Электронный ресурс] URL: <http://vashsport.com/chto-takoe-zdorovyj-obraz-zhizni/> (дата обращения: 9.04.2016).

2. Международный студенческий научный вестник [Электронный ресурс] URL: <https://www.eduherald.ru/ru/article/view?id=13868>(дата обращения: 8.04.2016).

Ридзель С.А., Ишмухаметов И.И.

Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета,
г. Стерлитамак

Социально-экономические проблемы современного спорта

Объективной закономерностью осуществляемых в стране радикальных реформ является возрастание роли регионов во всех сферах нашего общества. В связи с ними изменились условия развития спорта и физической культуры, появилась необходимость осмысления с научной точки зрения подчас совершенно новых понятий, выработка планов развития. Анализ материалов

всероссийских научно-практических конференций "Олимпийское движение и социальные процессы", и некоторых других публикаций дают нам возможность выявить следующие проблемы:

1. *Нормативно-правовая база.* Самый удачный шаг в этом направлении сделан в Москве, где при непосредственном участии Российской государственной академии физической культуры разработан и Городской Думой принят закон "О физической культуре и спорте", закрепляющий правовой статус физкультурно-оздоровительных и спортивных строений, в том числе образовательных учреждений, передачу земельных участков в постоянное (бессрочное) землепользование. В Российской Федерации управлением и развитием студенческого спорта занимается Российский студенческий спортивный союз (РССС), образованный в 1993 году и ныне возглавляемый ректором Московской государственной академии физической культуры (МГАФК) Сергеем Германовичем Сейрановым. Российский студенческий спортивный союз при активном взаимодействии с Министерством спорта Российской Федерации, всероссийскими спортивными федерациями, осуществляет деятельность по формированию и командированию сборных студенческих команд для участия во Всемирных Универсиадах. XXVII Всемирная летняя Универсиада, которая прошла в г. Казани в период с 6 по 17 июля 2013 года, стала крупнейшим международным мультиспортивным событием в истории современной России. Также РССС проводит активную деятельность по организации и проведению международных студенческих спортивных мероприятий, а также конференций и семинаров по вопросам развития студенческого спорта на территории Российской Федерации. В Стерлитамаке большое внимание уделяется развитию физической культуры и спорта. В спортивной сфере города трудится 494 штатных сотрудника, из которых 75% имеют высшее профессиональное образование, 9 чел. – Заслуженные тренеры России, 2 – Заслуженные работники физической культуры России, 9 – Заслуженные работники физической культуры РБ, и десять человек имеют учёную степень «Кандидат педагогических наук». Одно

из основных направлений работы в сфере физической культуры – реализация муниципальной программы «Развитие физической культуры и спорта в городском округе город Стерлитамак Республики Башкортостан на 2014-2017 годы» и концепции подготовки спортивного резерва и спортсменов высокой квалификации в городском округе Стерлитамак Республики Башкортостан на период 2013-2017гг. Положительными аспектами региональных правовых актов в том, что они являются особенностями регионов, и дают им свои некоторые преимущества. Но как показывает опыт других стран, полностью проблема может быть разрешена лишь при участии государства всецело.

2. Финансово-материальная база. Данная проблема приобрела чрезвычайно сильный характер. В советское время финансирование массового спорта, физической культуры, в большей мере осуществлялась профсоюзами, а спорта высших достижений несравненно более состоятельными государственными органами. При переходе к рыночным отношениям оба эти источника сами оказались в кризисе. По общедоступным данным в РФ систематически занимается спортом и физическими упражнениями 8-10% проживающих, в то время как во Франции и Англии 65%, в Голландии – 72%, в Финляндии – 80%. Стадионы во многих городах превратились в рынки либо же вовсе заброшены, сотни детских спортивных школ попросту закрыты. Выжить в этой ситуации можно за счет региональных ресурсов, внебюджетных источников, организации платных секций по наиболее популярным видам спорта, привлечения спонсоров. Преподавателям физической культуры, необходимо уметь добывать финансовые средства. В условиях процесса демократизации и реформирования нашего общества проявляется рост интереса к проблемам данной культуры. Выход из кризиса, поиск инновационных путей развития, последующий прогресс, создание нового общественного сознания связывается с возрождением и дальнейшим развитием культуры. Исследователи [2, 3] стремятся выявить будущий результат культуры, ее внутренние первоначальные источники, возможности активизации и развития. В целях укрепления и развития материальной базы детских юношеских

спортивных школ г. Sterлитамака в оперативное управление MAOY ДOD «Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва» переданы бывшие стадион «Каустик» (ныне стадион «СДЮСШОР») и спортивный комплекс «СНХЗ-Сервис» (ныне спорткомплекс «СДЮСШОР»). Муниципалитет уделяет большое внимание развитию спортивной базы города. В Sterлитамаке работают Дворец спорта «Sterлитамак-Арена» с ледовой ареной, трибунами на 2500 мест, спортивным игровым залом и трибунами на 500 мест и тренажерным залом; 3 стадиона с футбольными полями и беговыми дорожками, 3 спортивных комплекса, два из которых имеют плавательные бассейны; ФОК «Ольховка», шахматно-шашечный клуб, мотоклуб «Каустик», 101 спортивный зал, 160 открытых спортивных площадок.

3. *Спорт для каждого и большой спорт.* До сей поры в признанных и даже общенаучных источниках существует безоговорочное убеждение о тождественности большого и массового спорта. Вместе с тем, массовость являлась фундаментом спорта высших достижений, а социальное содержание спорта низводилось к специализированной подготовке молодого поколения к труду и обороне (ГТО).

Переход в новую социальную систему потребовал переосмысления потенциала физической культуры и спорта, функций и места в обществе. В современное время произошло резкое сокращение двигательной активности, возросли психические нагрузки на человека, влияние плохой экологической обстановки, возросла численность заболеваний, связанных с неправильным образом жизни. Проблема здоровья стоит на ряду глобальных проблем современности, решение которой во многом обеспечивается физической культурой. Она приобретает все большую ценность как эффективное средство профилактики заболеваний, которая становится главной линией здравоохранения, и предполагает повышение материального уровня жизни, повышения культуры, охрану окружающей среды, улучшение условий труда, а также высокую физическую культуру, которую мы до сих пор не выработали.

Спорт высших достижений, в частности профессиональный поддерживается федерациями по видам спорта, часто носит коммерческий характер, к нему проявляет интерес капиталов развитых стран. Вместе с этим как показывает опыт ряда городов, добившихся выдающихся результатов на международной арене, таких как Новосибирск, Самара, Воронеж и особенно Волгоград, финансирование лучших спортсменов осуществляется по трем направлениям: федеральном, муниципальном и коммерческом. Подготовка спортивного резерва в городе Стерлитамак ведется в трёх муниципальных детских юношеских спортивных школах:

- в МАОУ ДОД «СДЮСШОР» с отделениями легкой атлетики, спортивной гимнастики, дзюдо, бокса, прыжки на батуте, велоспорт. Здесь работают 34 штатных тренера-преподавателя. Школа имеет собственную спортивную базу.- в МАОУ ДОД «ДЮСШ по шахматам», где работают 8 тренеров-преподавателей; школа имеет свой шахматный клуб на 150 мест;

- в МАОУ ДОД «ДЮСШ №2» с отделениями плавания, волейбола, баскетбола, гандбола, футбола, хоккея, пулевой стрельбы, лыжных гонок, тяжелой атлетики, борьбы самбо и полиатлона. Здесь работают 22 тренера-преподавателя, занятия ведутся на спортивных базах города и общеобразовательных школ.

4. *Подготовка специалистов физической культуры и спорта.* Социальная сущность этой проблемы не менее сложная. Здесь поистине идет борьба на выживание в условиях обилия подчас взаимоисключающих проектов реформирования. В Стерлитамакском институте физической культуры и колледже физической культуры, сервиса и управления ведётся подготовка кадров с высшим и средним профессиональным образованием. Работает факультет по повышению квалификации преподавателей физического воспитания и тренеров-преподавателей. В Стерлитамаке работают общественные спортивные клубы: «Культурист» «Феникс», «Шотокан», «Фудзияма», туристический клуб «Глобус» и многие другие. С каждым годом расширяется сеть фитнес-центров. Всего в детско-спортивных школах

работают 64 тренера-преподавателя, из них 4 – Заслуженные тренеры России (Ю.Зубков, Р.Нагаев - дзюдо, П.И.Никитин – тяжёлая атлетика, А.Д.Бородин - гандбол), 26 – тренеры высшей категории, 5 - первой категории, 8 - второй.

По оценкам специалистов [3,4], обеспеченность городского населения физкультурно-оздоровительными и спортивными сооружениями в настоящее время втрое ниже необходимого уровня. Высокая значимость услуг физической культуры и спорта в решении проблем общественного здоровья, развития человеческого капитала и потенциала при переходе к инновационной экономике в РФ требует решения задач по их активному развитию и финансированию во всех регионах РФ. При этом важны оценка фактического состояния региональных физкультурно-спортивных комплексов и обоснование стратегий их долгосрочного развития. В Стерлитамаке число желающих заниматься спортом постоянно растёт. Спорт постепенно становится нормой жизни. Занятия физической культурой дарят людям здоровье, силу, красоту, закаляют характер и учат преодолевать трудности. Всего в физическую культуру и спорт вовлечено 27,8% горожан. В современное время существует объективная необходимость изменения формирования у молодых людей образа жизни, подчинение принципам заботы о собственном здоровье и здоровье окружающих, отказа от вредных привычек и профилактике различных социальных разложений общества.

Список литературы

1. Печерский Н. Социальные проблемы регионального спорта // Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы: Тез. докл. Междунар. конгр. – М., 1998. – Т. 1. – С. 202-203.
2. Британовский С.Н. Государственное управление физической культурой и спортом: учебник – Саратов, 2009. – 362 с.
3. Виноградов П.А. О современной концепции развития физической культуры и спорта // Современные проблемы и концепции развития физической культуры и спорта. Часть I. – Челябинск: УрГАФК, 2005. – 289 с.
4. Галкин В.В. Экономика и управление физической культурой и спортом: Учебное пособие для вузов / В.В. Галкин. – Ростов-н/Д: Феникс, 2006. – 441с.: ил. – (Высшее образование). – ISBN 5-222-07908-2: 144.90.
5. Байtimiрова Э. Здоровый образ жизни // Вопросы теоретической и практической медицины. Уфа – 2010 – С. 120-121.