

ЗА РОССИЙСКУЮ СЕМЬЮ, ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

**Выступление заместителя Председателя Совета
Федерации М.Е. Николаева на конгрессе
«Здоровый образ жизни как условие
устойчивого развития государства, источник
конкурентоспособного бизнеса»**

Москва, РАГС

29 января 2009 года

Уважаемые участники конференции!

На протяжении шести лет участники конгресса «Профессия и здоровье», члены общероссийских общественных организаций «Здоровье работающего населения» и «Лига здоровья нации» последовательно и настойчиво добивались, чтобы российское общество и организаторы отечественного здравоохранения осознали: успешное, поступательное развитие государства, решение экономических и других проблем невозможны без улучшения здоровья нации. Главным же условием оздоровления народа является переход к здоровому образу жизни.

Благодаря нашим совместным усилиям **вопросы формирования здорового образа жизни нашли отражение в важнейших государственных документах:** Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года и Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации. Одно из цен-

тральных мест принадлежит этим вопросам в проекте Концепции развития здравоохранения до 2020 года.

Полагаю, это большой успех представителей гражданского общества. Предложения и инициативы общественных организаций стали составной частью государственной стратегии Российской Федерации. Но теперь **крайне важно обеспечить воплощение этих идей в жизнь.**

В связи с этим надо отметить, что мы не имеем **современных научных разработок, направленных на формирование здорового образа жизни.** В этом вопросе и медицинская наука, и общественные науки – педагогика, психология, социология и другие – отстали от практики. У нас нет детально проработанной теории формирования и ведения здорового образа жизни. Как следствие – отсутствие специальных программ для подготовки специалистов и преподавания в высших и общеобразовательных учебных заведениях. Те программы, которые используются сегодня, являются переработанными курсами «Валеологии», созданными на рубеже 1980–1990-х годов.

С таким багажом научных знаний мы не можем рассчитывать на успех. Таким образом, первая практическая задача, которую необходимо решить, – **вооружить общество хорошо проработанной научной теорией здорового образа жизни.**

Министерству здравоохранения и социального развития РФ, Министерству образования и науки РФ, Министерству спорта, туризма и молодежной политики РФ надо объединить усилия и совместно с

учеными и институтами Российской академии наук, Российской академии медицинских наук, Российской академии образования в кратчайшие сроки разработать современную научную теорию формирования и ведения здорового образа жизни, подготовить учебники и учебные пособия, разработать программу учебного курса «Здоровый образ жизни».

Вторая задача – приступить к преподаванию данной дисциплины в дошкольных, общеобразовательных и высших учебных заведениях. Региональные органы власти должны инициировать преподавание в общеобразовательных и высших учебных заведениях предмета «Основы здорового образа жизни».

Третья задача – приступить к подготовке специалистов для практической работы. Для этого необходимо введение новой специальности – инструктор или, как сейчас принято, менеджер, здорового образа жизни. Необходима корректировка вузовских программ подготовки преподавателей общеобразовательных учебных заведений. При разработке федеральных государственных стандартов педагогического образования нужно предусмотреть, чтобы учителя имели несколько специализаций. Причем одна из них – преподаватель физической культуры и здорового образа жизни. Учителя, имеющие несколько специализаций, могли бы иметь совершенно другую оплату труда. Это позволило бы решить проблемы кадровой обеспеченности учебных заведений педагогами физической культуры.

На уровне муниципальных органов власти надо ввести должность «методист по формированию здорового образа жизни и спорту».

Формирование здорового образа жизни невозможно без развития физической культуры и спорта. Спорт на деле, а не на словах должен стать массовым и общедоступным, и в первую очередь для наших детей. Необходима принципиально иная система физического воспитания детей и молодежи, основанная на учете их индивидуальных особенностей. Особого внимания требует развитие массового детско-юношеского спорта как главного способа укрепления и сохранения здоровья детей, их физического и нравственного воспитания.

Основу отечественной системы детско-юношеского спорта составляют учреждения дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности: детско-юношеские спортивные школы, специализированные детско-юношеские школы олимпийского резерва, детско-юношеские клубы физической подготовки. В стране свыше 5 тысяч данных учреждений. В них занимается около 20% детей в возрасте от 6 до 15 лет. Этого явно недостаточно. **Существующее количество спортивных школ не может обеспечить резкий рост числа детей, вовлеченных в регулярные занятия спортом.**

Министерству образования и науки РФ и Министерству спорта, туризма и молодежной политики РФ, органам власти субъектов РФ необходимо предусмотреть создание новых детско-юношеских школ различных типов и видов и обеспечить разработку для них инновационных учебно-трени-

ровочных программ. Возможно создание новых спортивных школ на базе общеобразовательных учебных заведений, обладающих соответствующей материально-технической базой.

В настоящее время не хватает штатных физкультурных работников с базовым образованием и профессиональных тренерских кадров, особенно высшей и первой категории. Высока среди них доля совместителей и лиц предпенсионного и пенсионного возраста. В то же время вузами страны в среднем в год выпускается 4,4 тысячи специалистов для работы в сфере физической культуры и спорта. Из них только 30–35 % идут на работу по специальности. Региональные органы власти должны разработать проекты привлечения к преподавательской и тренерской работе на местах выпускников физкультурно-спортивных вузов. Надо вводить в общеобразовательных школах ставки для спортивных тренеров по различным видам спорта.

Успешность работы по формированию здорового образа жизни самым непосредственным образом зависит от состояния инфраструктуры для занятий физической культурой и спортом. В настоящее время спортивные сооружения страны удовлетворяют потребность в них лишь на 20 %. Половина сооружений сосредоточена в Приволжском и Центральном федеральных округах.

Минспорттуризму России надо больше внимания уделить строительству спортивных сооружений в Сибирском и Дальневосточном федеральных округах, где их явно недостаточно. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спор-

та в Российской Федерации на 2006–2015 годы» в качестве стандарта ориентируется на показатель 30 объектов на 100 тысяч жителей без учета пространственной разобщенности, транспортной инфраструктуры и демографической освоенности территорий. Между тем существуют большие различия в плотности населения и состоянии транспортных коммуникаций между европейской и азиатской частями России.

В связи с этим Правительству РФ нужно внести коррективы в данную федеральную целевую программу и изменить стандарты оснащённости спортивными объектами для дальневосточных и сибирских регионов.

Также требует корректировки механизм реализации данной программы в части строительства новых спортивных сооружений на условиях софинансирования. Данный подход к созданию новых спортивных объектов усиливает различия между депрессивными и донорскими регионами в насыщенности спортивными сооружениями и, соответственно, в социальных возможностях граждан. Для выравнивания насыщенности регионов спортивными объектами и предоставления детям равных возможностей для занятий спортом надо предусмотреть строительство физкультурно-спортивных сооружений за счет федерального бюджета в дотационных субъектах РФ, где сложилась сложная экономическая ситуация. Аналогичным образом надо решать вопросы реконструкции спортивных объектов и оснащения их спортивным инвентарем.

В целях привития навыков здорового образа жизни и привлечения населения к ежедневным занятиям физической культурой **региональным и местным органам власти совместно с общественными организациями нужно приступить к массовому созданию методами народного строительства малых спортивных объектов по месту жительства (дворовых площадок, дорожек и троп здоровья, уголков спорта и т.д.).**

Только при наличии доступной спортивной инфраструктуры и профессиональных организаторов спортивной работы по месту жительства возможно эффективное развитие массового спорта и формирование здорового образа жизни.

Также нам надо изменить современную градостроительную политику. Для ведения здорового образа жизни необходимо создать условия. Минрегион России должен предусмотреть в строительных нормах и правилах (СНИП) обязательные требования по наличию в квартирах помещений для хранения спортивного инвентаря и установки спортивных тренажеров коллективного пользования. Сегодня большинство людей не приобретают велосипеды, лыжи и другие предметы спортивного назначения лишь потому, что их негде хранить. А без них здоровый образ жизни просто невозможен. В качестве выхода из этого положения можно предложить муниципальным органам власти совместно с представителями малого бизнеса повсеместно открывать пункты проката спортивного инвентаря.

На улицах должны быть выделены велосипедные и беговые дорожки, скверы и парки надо оборудовать для занятий спортом и физической культурой.

Развитие массового спорта предполагает обширную информационно-образовательную деятельность. Министерству образования и науки РФ, Министерству спорта, туризма и молодежной политики и Министерству здравоохранения и социального развития РФ нужно обеспечить выпуск видеофильмов, учебно-методических материалов и книг, создание в Интернете сайтов и порталов о здоровом образе жизни, адресованных самой широкой аудитории. Совместно с дирекцией детского телеканала надо создать новые детские спортивные передачи.

В средствах массовой информации должны появиться принципиально новые передачи, информирующие не о методах лечения различных заболеваний, а о способах и возможностях их предупреждения, о методиках сохранения физической и интеллектуальной активности человека на протяжении всей жизни.

Формирование здорового образа жизни – это не только вовлечение в регулярные занятия спортом и физической культурой, но и борьба с вредными и пагубными для здоровья привычками, такими как курение и пьянство, малоподвижность и неправильное питание, небрежное отношение к своему здоровью.

В России уровень потребления алкоголя и табака остается одним из самых высоких в мире. В настоящее время в стране курят более 40 миллионов человек. Ежедневно употребляют алкогольные напитки

70 % мужчин и почти половина женщин. Нас никак не могут устраивать предлагаемые Минздравсоцразвития России темпы снижения распространенности этих пороков среди населения – ежегодно на 2–3 %. Их число будет сокращаться не в результате формирования здорового образа жизни, а из-за высокой смертности употребляющих алкоголь и табак.

Необходимы серьезное ограничение рекламы пива и профилактическая пропагандистская деятельность, направленная на разъяснение губительных последствий его чрезмерного потребления.

Надо вводить дальнейшие ограничения на продажу алкоголя. На федеральном уровне нужно ставить вопрос о возвращении государственной монополии на производство алкоголя. Однако все это можно решить лишь при наличии национальной программы борьбы с алкоголизацией населения и государственного учреждения, ответственного за ее реализацию.

Нужно создать государственную сеть профессиональной помощи в лечении никотиновой зависимости. Необходимо добиться, чтобы медицинская и психологическая помощь для желающих бросить курить была повсеместной и бесплатной.

Российские общественные молодежные и спортивные организации в Год молодежи обязаны объединиться и создать движение «Молодежь против табака». Кроме того, нам нужен национальный центр противодействия мощнейшему табачному лобби.

Самое распространенное заболевание среди взрослого населения страны – артериальная гипертония. К сожалению, большинство людей не осознает серьезность этой болезни. А между тем у

людей с повышенным артериальным давлением в 7 раз чаще случается инсульт, в 4 раза – инфаркт миокарда, в 2 раза – поражения сосудов ног. Основной способ профилактики и лечения гипертонии – формирование здорового образа жизни и медицинское просвещение населения.

Существующая подпрограмма «Профилактика и лечение артериальной гипертонии в Российской Федерации» не способствует реальному формированию здорового образа жизни. Это происходит в силу того, что это многогранная социальная, а не чисто медицинская или спортивная проблема. Решить ее можно лишь на основе комплексного межведомственного подхода, а для этого нам нужен Российский инновационный центр формирования здорового образа жизни.

Министерство здравоохранения и социального развития РФ сообщило нам, что планирует создать такой центр в этом году. Однако до сих пор это остается лишь добрым намерением. Никаких практических шагов так и не сделано.

Люди будут пить и курить до тех пор, пока не поймут, что это не только вредно, но и безнравственно. **Возрождение духовности и нравственности – обязательное условие формирования здорового образа жизни.** Необходим возврат к традиционным духовным ценностям народов России, среди которых главными всегда были здоровье и семья. Верующий человек осознает ответственность перед богом и людьми за свое здоровье, бережет и приумножает его, ведя здоровый образ жизни. Люди должны руководствоваться в повседневной жизни народными

традициями взаимного уважения, супружеской верности, трудолюбия, воздержанности в поступках и речах, умеренности в еде и другими, созданными народом.

При помощи органов власти и институтов гражданского общества необходимо установить общественную экспертизу за работой печатных и электронных СМИ. Надо переориентировать их с пропаганды вредных привычек на внедрение в массовое сознание православных идеалов добра, любви, красоты. На местах с участием руководителей муниципальных образований и местного духовенства нужно создавать духовно-нравственные советы.

Внедрение в массовое сознание нравственности, традиций и знаний о здоровом образе жизни должно осуществляться через семью. С раннего возраста в семье надо приучать детей трудиться, вести активный образ жизни, закаливаться, заниматься физкультурой, правильно питаться и соблюдать правила личной гигиены. С помощью институтов гражданского общества мы должны создать традицию спортивного семейного отдыха – семейный туризм, семейные прогулки, семейные занятия физкультурой должны стать обязательным элементом семейной жизни.

Возрождение традиций и воспитание на их основе молодого поколения будет основной темой VI всероссийского конгресса «Российская семья», который состоится в мае этого года в городе Рязани. Приглашаю вас всех принять в нем участие.

Необходимо, чтобы идеология здорового образа жизни пронизывала все российское общество.

во. С этой целью надо повсеместно внедрять положительно зарекомендовавшие себя проекты Всемирной организации здравоохранения «Здоровые города», «Здоровые села», «Здоровые рабочие места», «Здоровые университеты» и другие. Сегодня число реальных российских участников данных проектов можно пересчитать по пальцам. Мы должны добиться, чтобы все областные центры включились в эти проекты, а самое главное – привлечь к участию в них малые города и села, трудовые и учебные коллективы. Это должно стать одной из главных задач ассоциации малых городов, сельских и студенческих общественных организаций.

В работу по формированию здорового образа жизни должно включиться все общество. Работодатели так же, как и работники, должны быть заинтересованы в создании здоровых рабочих мест. **Общероссийская общественная организация «Здоровье работающего населения»** подготовила ряд предложений и инициатив, реализация которых позволит улучшить здоровье работающего населения.

Среди них – создание национальной системы сохранения здоровья работающего населения на основе внедрения в практику сети медико-социальных кластеров, более широкое использование телемедицины, формирование производственных коллективов здоровья. А самое главное, члены общественной организации приступили к разработке комплексной программы формирования здорового образа жизни работающего населения. Мы надеемся, что данные инициативы будут поддержаны Министерством здравоохранения и социального развития РФ, други-

ми органами власти и институтами гражданского общества.

Мы с вами хорошо осведомлены о кризисных явлениях в мире и российской экономике. **Экономические неурядицы и связанные с ними стрессы, безусловно, отрицательно скажутся на здоровье населения.** Можно ожидать всплеска заболеваемости и смертности. В связи с этим будет правильным от имени нашего конгресса предложить Министерству здравоохранения и социального развития РФ не только разработать меры по преодолению негативных последствий на рынке труда, но и предусмотреть возможность увеличения психологической и социальной помощи населению в условиях кризиса.

Завершая свое выступление, хочу подчеркнуть, что включение положений о здоровом образе жизни в Концепцию развития здравоохранения до 2020 года – важное событие. Но лишь одного этого недостаточно. **Предстоит огромная практическая работа, направленная на создание национальной системы формирования здорового образа жизни.**

Мы должны *дать людям знания о здоровье, научить их его беречь и поддерживать, создать условия и возможности для этого, а затем потребовать ведения здорового образа жизни,* используя законы и экономические стимулы и рычаги. Только при таком последовательном подходе мы сможем сохранить здоровье нации и обеспечить устойчивое развитие государства.