

**ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ  
НАСЕЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ  
ДЕМОГРАФИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ  
РОССИИ ( М.А Миллер)**

Выполнил: Воронин Эдуард Сергеевич

# Введение

- В современных условиях развитие национальной экономики во многом определяется направленностью демографических процессов. Численность населения, уровень образования и показатели здоровья, миграционные потоки, распределение населения по полу и возрасту и другие аспекты демографического развития в значительной степени трансформируют социально-экономическую ситуацию в той или иной стране, влияя на формирование тенденций ее функционирования в будущем.

# Применяемые в мировой практике инструменты демографической политики можно условно разделить на 4 основных блока:

- **1.** Медицинский охватывает уровень развития медицинских (особенно репродуктивных и перинатальных) технологий и качество медицинской помощи.
- **2.** Материальный предполагает использование материальных факторов стимулирующего или ограничительного характера для регулирования численности населения (с помощью пособий, льгот и т.п.).
- **3.** Ценностно-формирующий означает культивирование в обществе определенных ценностей, влияющих на демографические процессы (повышение статуса семейной жизни, престиж семьи с несколькими детьми и т.п.).
- **4.** Физкультурно-спортивный связан с реализацией программ по повышению физической активности населения, включая физическое восстановление астенизированного контингента, массовый спорт и физвоспитание в образовательных учреждениях, с целью сохранения и укрепления здоровья граждан с помощью физической культуры и спорта при решении демографических задач.

# Медицинские услуги не главный показатель здоровья населения

- В настоящее время физкультурно-спортивный блок инструментов получает распространение в решении государственных социально-демографических задач сохранения и укрепления здоровья населения.
- Как справедливо отмечает **Н. Римашевская**, «...оказание медицинских услуг - мощный, но лишь один из факторов, определяющих качественные параметры населения...»
- Согласно выводам ООН, в России «основная причина ухудшения здоровья людей – кризис системы здравоохранения, которая строится, главным образом, на стационарных формах лечения, а не на амбулаторных и профилактических методах и пропаганде здорового образа жизни»



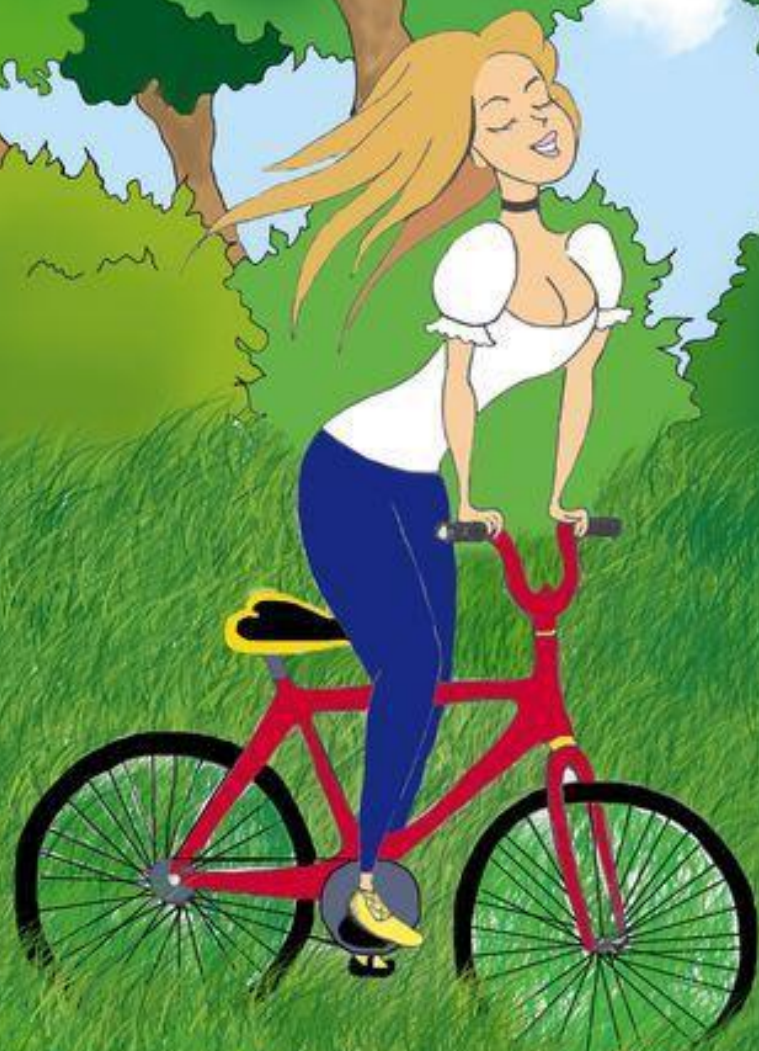


Утвержденная 9 октября 2007 г. указом Президента «Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 г.» определяет основные векторы демографического развития страны на ближайшие полтора с лишним десятилетия. В Концепции сформулированы задачи демографической политики, связанные с сокращением уровня смертности, особенно младенческой, материнской и мужчин трудоспособного возраста, укреплением здоровья населения, в частности репродуктивного, и здоровья детей и подростков, повышением уровня рождаемости, укреплением института семьи и привлечением мигрантов.

### **Основные направления:**

- 1) Сохранение и укрепление здоровья;
- 2) Формирование здорового образа жизни и организация активного досуга населения.

**Спорт делает нас  
счастливее.  
Выбирай спорт,  
Выбирай жизнь!**





- Согласно данным всероссийского обследования 2002 г., 32% детей признаны здоровыми, 52% имеют функциональные отклонения, а 16% – хронические заболевания.
- При этом, как отмечает Н. Римашевская, «до 40% детей сегодня рождаются уже больными. В процессе жизненного цикла – от рождения до взросления – потенциал их здоровья не только не восстанавливается, но постепенно снижается, что играет сугубо негативную роль в процессе демографического воспроизводства. Ведь больные дети, вступая в детородный возраст, рожают тоже больных. И так – по цепочке»



# Физическая нагрузка как фактор здоровья человека!

- Целевая дозированная физическая нагрузка дает положительный эффект в восстановлении здоровья человека, когда она, во-первых, адекватна его состоянию здоровья, во-вторых, оказывает тренирующее действие и повышает адаптационные возможности. Никакие другие средства и методы восстановления ослабленного организма не в состоянии заменить физические упражнения. Только в результате их воздействия есть объективная предпосылка восстановить физическую работоспособность человека и предотвратить или существенно уменьшить вероятность инвалидности.

# Причины смертности населения

- Если говорить о смертности всего населения России, то больше половины граждан страны умирают от болезней системы кровообращения, затем болезни органов дыхания и экзогенные факторы.
- Крайне неблагоприятные по возрасту показатели смертности в России, особенно от болезней системы кровообращения и органов дыхания, обусловлены высоким уровнем потребления населением табака и алкоголя. Так, по данным ООН, в России курят **60%** мужчин и **25–30%** женщин, при этом все чаще курящими становятся дети и подростки .

# Вредные привычки



# современного человека, в которых он имеет возможность осуществлять физическую активность

- 1. Профессиональная деятельность.
- 2. Непрофессиональная (например, домашние обязанности).
- 3. Досуговая деятельность.
- Когда речь идет о необходимости увеличения общей физической активности с помощью физической культуры и спорта, то это уместно в случае, когда профессиональная и непрофессиональная сферы не обеспечивают минимально необходимый уровень движения в жизни человека, а это в современных условиях характерно для большинства населения России, особенно проживающего в городской местности.



# Взаимосвязь рациона питания и физических нагрузок.

- ВОЗ (всемирная организация здравоохранения) подтверждает, что рацион питания и физическая активность воздействуют на здоровье как совместно, так и по отдельности. При этом физическая активность рассматривается как «основное средство улучшения физического и психического здоровья личности», которое «дает дополнительные преимущества для здоровья, которые не зависят от рациона и режима питания»

# Вывод

- На современном этапе мирового социально - экономического развития (как на уровне реализации национальных приоритетов, так и на уровне принятия человеком здорового образа жизни) здоровье объективно признается одной из высших гуманистических ценностей современного общества. Для России в настоящий период ее развития значение этого тезиса особенно актуально. В этом плане физическая активность населения должна стать здоровьесформирующим и здоровьесокрепляющим инструментом демографической политики и прочной основой для демографического развития России.

Спасибо за внимание!  
Занимайтесь спортом!

