

Максименко Н.В.

СПОРТИВНА НАЦІЯ – ЗДОРОВА ЕКОНОМІКА КРАЇНИ

Спорт з кожним днем стає світовим трендом, і це не з проста. Люди, які займаються спортом хоча б два рази на тиждень, мають меншу вірогідність захворіти на будь-які хронічні захворювання. Українці живуть значно менше, ніж у середньому люди у світі. Вирішенням цієї проблеми, на нашу думку, є при звичання людей до активного способу життя.

Яскравим прикладом впливу спорту на стан здоров'я населення є Фінляндія. 50 років тому Фінляндія була однією з країн з великою смертністю населення через серцево-судинні захворювання. Люди вели малорухливий спосіб життя, вживали алкоголь та тютюн. Влада країни вдалася до рішучих дій і почала розробляти та втілювати державну програму щодо впровадження спорту в життя населення.

На сьогоднішній день в Фінляндії втричі менше смертність від серцево-судинних захворювань, раку легень. Тривалість життя в країні збільшилась на 6-7 років, жителі країни стали найактивнішими та найщасливішими у світі. Також економіка країни значно покращилась і стала однією з найкращих у світі.

Україна зараз дещо нагадує Фінляндію 50 років тому, наше населення часто страждає від хронічних хвороб, також українці вживають дуже багато спиртних напоїв та тютюнових виробів. Середня тривалість життя становить усього 66 років для чоловіків та 76 років для жінок — це менше, ніж у понад сотні країн. Через декілька років ця проблема може стати незворотньою, тому діяти необхідно вже зараз. У Фінляндії для боротьби з малорухливим способом життя створили повноцінний національний план, а право на спорт закріпили на рівні Конституції. Україна, на нашу думку, повинна піти тим самим шляхом, де фізична активність — це обов'язкова частина повсякденного життя. Усього 30 хвилин занять на день істотно знижують артеріальний тиск і ризик виникнення захворювань серця, а також допомагають тримати в нормі рівень цукру та інсуліну. Зрештою, за такого сценарію ймовірність передчасної смерті зменшується на 80%. До того ж регулярні тренування знижують ризик появи депресії та рівень тривожності та й просто покращують настрій.

Головною умовою досягнення мети щодо впровадження спорту в життя українців, на нашу думку, є доступність спортивних занять для кожного, а також впровадження різних видів фітнес тренувань для того, щоб кожен міг обрати своє. Посилаючись на наш бізнес-план з відкриття фітнес-центру, який ми розробляємо на дисципліні «Бізнес-планування», головну ідею впровадження спорту в життя українців можна втілити в найближчі 5 років. Під час розробки бізнес-плану було враховано середню вартість за заняття, яке зможе придбати кожен, також ми продумали над видами фітнес-тренувань, які охоплюють широкий спектр інтересів наших громадян.

Отже, в Україні є всі можливості стати однією з країн, де тривалість життя буде довшою, ніж в усіх інших країнах Європи, економіка буде зростаючою, а населення найщасливіше та найактивніше.

Література:

1. Насипайко Д.С. Фінансове забезпечення сталого розвитку. Теоретичні засади сталого розвитку України. 2015. – С. 6 – 12.

2. Топ-25 найкращих програм КСВ. [Електронний ресурс] Режим доступу: https://www.dsnews.ua/ukr/vlast_deneg/top-25-luchshih-programm-kso-27072020-393543

Робота виконана під керівництвом проф., в.о. зав. кафедрою МтаТП Чобіток В. І.