

Рахматов Александр Ахмедович

канд. полит. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский
Московский государственный строительный университет»

г. Москва

ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ КАПИТАЛ КАК ОСНОВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

***Аннотация:** в статье рассматривается важность развития человеческого капитала как одной из важнейших сторон конкурентоспособности индивида в современном мире.*

***Ключевые слова:** человеческий капитал, качества индивида, воспитание человека, образ жизни.*

В наше время человеческий капитал является одним из важнейших элементов конкурентоспособность любой страны современного мира. Понятие «человеческий капитал» как экономическая категория формировалась постепенно с середины XX века. Человеческий капитал включает небольшое число составляющих – воспитание, образование, знания, здоровье индивида. Длительное время человеческий капитал являлся затратным фактором с точки зрения экономики. Существует мнение, что инвестиции в воспитание, в образование являются непроизводительными, затратными. В 50-е годы XX столетия отношение к человеческому капиталу и образованию постепенно, но кардинальным образом изменялось.

Качества, приобретенные индивидами, становятся основой экономической жизнеспособности и социального прогресса многих стран мира.

Роль индивида в экономическом развитии потребовало от многих ученых прошлого XX века пересмотра всех теоретических представлений о социальных структурах, производстве и образе жизни индивидов.

Инвестиции в индивида дают со временем отдачу значительно большую, т.е. прибыль от человеческого капитала превышает размер инвестиций. Обла-

дая творческими и предпринимательскими способностями, знаниями и профессиональными навыками, постоянно их совершенствуя, повышая свою квалификацию, индивид становится самым ценным активом страны.

Сегодня образование делает людей более производительными, а хорошее здравоохранение сохраняет инвестиции в образование и даёт возможность сохранить человеческий капитал.

Исследования ученых показали, что одним из важнейших «не денежных» эффектов, связанных с более высоким образованием, является снижение смертности и увеличение продолжительности жизни индивидов.

Средняя продолжительность жизни в России в 2020 году составила 65,7 лет среди мужчин и 74,5 года среди женщин. Низкая физическая активность, стрессы, неправильное питание, алкоголь, курение являются факторами, оказывающими влияние на продолжительность жизни. Малоподвижный образ жизни, общее снижение физической активности наряду с курением и высоким давлением увеличивают риск сердечно-сосудистых заболеваний. Небольшая физическая подготовленность отрицательно отражается на состоянии здоровья, ухудшает морально-психологическое состояние человека и снижает шансы на выживание нации в целом. Физическая подготовленность – это проблема национальной важности для многих стран современного мира. Регулярные физические нагрузки могут изменять все стороны процесса старения. У индивидов ведущих малоподвижный образ жизни сердечно-сосудистая система в 25 раз менее эффективна, чем те, кто регулярно занимается спортом.

Важным элементом является формирование навыков здорового образа жизни и регулярных занятий спортом в молодом возрасте. Одной из важных задач кафедр физического воспитания российских вузов является формирование у выпускников личностных компетенций, которые сохраняют здоровье, улучшают физическое развитие, физическую и функциональную подготовленность организма будущих специалистов, способствуют отказу от вредных привычек, т.е. тех факторов, которые существенным образом влияют на сохранение человеческого капитала страны.

В наше время необходимо рассматривать здоровье как основу человеческого капитала. Физическое, психическое и духовное здоровье необходимо формировать со студенческой скамьи. Результатом физического воспитания являются сохранение и укрепление здоровья, повышение уровня образования. Данные показывают, что рентабельность инвестиций в человеческий капитал выше, чем в физический. Пример ведущих стран мира подтверждает, что развитие массового физкультурно-оздоровительного движения является наиболее эффективной стратегией экономического развития любой страны.

Таким образом в развитии здорового социума главную роль играют физическая культура и спорт. Физкультура и спорт являются сегодня эволюционно наиболее отработанной и древней моделью управления поведением «здорового индивида».

Физически-оздоровительные виды спорта ориентированы на удовлетворение:

- физиологических потребностей: развитие двигательных навыков и умений, поддержку стабильного физического состояния, хорошее самочувствие, оптимизм, психологическую устойчивость, способность переносить напряжение, высокую умственную и физическую работоспособность. Эмпирика показала, что занятия спортом, позволяют исправить различные отклонения в состоянии здоровья;

- потребности безопасности. Способность бороться и преодолевать трудности, реализовать себя как личность, что позволяет человеку вырасти в глазах окружающих;

- самореализацию. Спорт помогают избавиться от депрессии, они являются источником положительных эмоций, проявлять настойчивость в достижении поставленной цели.

Вывод. Физическая культура и спорт способствуют не только здоровому образу, но творческому саморазвитию, неординарности, индивидуальности, самостоятельности личности, мобильности, создавая тем самым здоровый или

расширенно-богатый человеческий капитал для эффективной деятельности любой промышленно-экономической системы.

В функционировании производственного предприятия, к какому бы типу собственности оно ни относилось, ключевая роль принадлежит человеческому капиталу. Сегодня повышаются требования к уровню образования и квалификации, интеллектуальному развитию, формированию здоровых личностных качеств работника.

В наши дни экономические условия являются актуальным внедрение системы подготовки и управления работников предприятия не только в профессиональном плане, но и формирование потенциала работника за счет доступности физкультурных и спортивных занятий. Эффективность данного подхода очевидна: физкультурно-спортивная деятельность способствует более активному формированию и воплощению возможностей и способностей личности, совершенствованию профессиональной подготовки за счет высокого функционально-физического состояния человека, гармоничного соотношения телесного и духовного, т.к. физический и умственный труд возможен при поддержании высокой активности мозга и всех органов чувств, человека в целом. Физическое воспитание должно занимать важное место в осознании работником его идеалов, целей, планов. В конечном счете, определяют соответствие возможностей работника требованиям, предъявляемым к нему профессиональными нормами, принятыми в отрасли, а также готовность осуществлять относительно автономную жизнедеятельность в системе профессиональных и общественных отношений организации.

Список литературы

1. Абаскалова Н.П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе «школа – вуз»: автореф. докт. дис. / Н.П. Абаскалова. – Барнаул, 2013.
2. Агаджанян Н.А. Адаптация и резервы организма / Н.А. Агаджанян. – М.: ФК и С., 2011.

3. Амосов Н.М. Раздумье о здоровье / Н.М. Амосов. – М.: ФК и С, 2011.
4. Айзман Р.Ц. Здоровье населения России: медико-социальные и психолого-педагогические аспекты его формирования / Р.Ц. Айзман. – М., 2013.