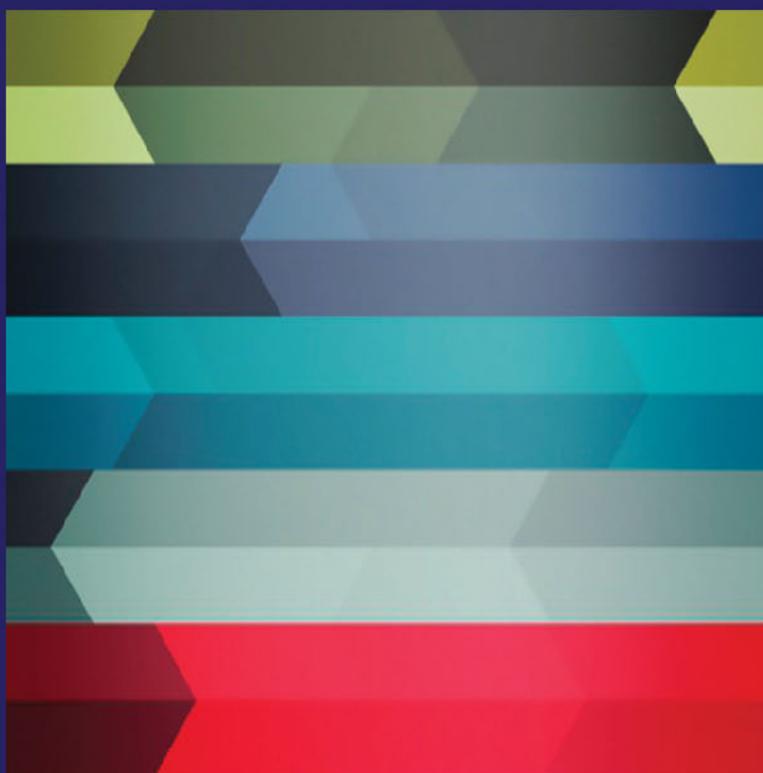


International journal OF CIVIL AND TRADE LAW

No 2

IJCTL

2022



МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЖУРНАЛ
ГРАЖДАНСКОГО
И ТОРГОВОГО ПРАВА

УДК 005.412
ББК 75.4(2Рос)

© Р.С. ХИСЯМОВ, М.А. КОРОБОВА, А.В. СДВИЖКОВА, Е.Д. ТИМЧЕНКО. 2022

«Особенности развития фитнес-индустрии в России: проблемы, эффективные практики, перспективы»

Ринат Семеуллович ХИСЯМОВ,
Институт спортивного менеджмента и права ВШЮА НИУ
«Высшая школа экономики», Москва, Россия

E-mail: rkhisyamov@hse.ru

Мария Александровна КОРОБОВА,
Студент магистратуры «Международный спортивный менеджмент и маркетинг»
НИУ Высшая школа экономики, Москва, Россия

E-mail: maru.alexandrovna@bk.ru

Алина Вадимовна СДВИЖКОВА,
Студент магистратуры «Международный спортивный менеджмент и маркетинг»
НИУ Высшая школа экономики, Москва, Россия

E-mail: Alinasdv@mail.ru

Елизавета Дмитриевна ТИМЧЕНКО,
Студент магистратуры «Международный спортивный менеджмент и маркетинг»
НИУ Высшая школа экономики, Москва, Россия

E-mail: elizaveta.timchenko@gmail.com

Для цитирования. Р.С. ХИСЯМОВ, М.А. КОРОБОВА, А.В. СДВИЖКОВА, Е.Д. ТИМЧЕНКО. «Особенности развития фитнес-индустрии в России: проблемы, эффективные практики, перспективы» // Международный журнал гражданского и торгового права. 2/2022. С. 64—74.

Аннотация. Проблемы внутригосударственного характера в совокупности с новыми международными условиями удерживают развитие фитнеса в России, но могут быть решены при активном содействии государства. Такие ограничивающие аспекты, как законодательное закрепление термина «фитнес» и связанных с ним определений, а также материально-экономическое обеспечение данной отрасли в больших городах и регионах России пагубно сказываются на распространении эффективных фитнес-практик и привлечении граждан к занятиям физкультурой и спортом.

В будущем следует рассчитывать на существенное увеличение степени информированности населения о здоровом и правильном образе жизни благодаря развитию доступного социального фитнеса, что повлечет за собой положительное воздействие на процесс оздоровления нации

Ключевые слова: Фитнес, человек, государство, индустрия, Россия, проблема, спорт, указ, занятие, причина, цель, социальный, развитие, фонд, роль, содействие, практика, физический

Features of the development of the fitness industry in Russia: problems, effective practices, prospects

Rinat Semeullovich HISYAMOV,
Institute of Sports Management and Law of the Higher School of Economics, Moscow, Russia

E-mail: rkhisyamov@hse.ru

Maria Alexandrovna KOROBOVA,
Master's degree student «International Sports Management, Marketing,
and Law» Higher School of Economics, Moscow, Russia

E-mail: maru.alexandrovna@bk.ru

Alina Vadimovna SDVIZHKOVA,
Master's degree student «International Sports Management, Marketing,
and Law» Higher School of Economics, Moscow, Russia

E-mail: Alinasdv@mail.ru

Elizaveta Dmitrievna TIMCHENKO,

Master's degree student «International Sports Management, Marketing, and Law» Higher School of Economics, Moscow, Russia

E-mail: elizaveta.timchenko@gmail.com

Annotation. Domestic problems, combined with new international conditions, are holding back the development of fitness in Russia, but can be solved with the active assistance of the state. However, such limiting aspects as the legislative consolidation of the term «fitness» and related definitions, as well as the financial support of this industry in Russian big cities and regions adversely affect the propagation of effective fitness-practices and the involvement of citizens in physical education and sports.

In the future, it should be expected a significant increase in the level of awareness of the population about a healthy lifestyle through the development of accessible social fitness, which will entail a positive impact on the process of improving the nation

Keywords: Fitness, person, state, industry, Russia, problem, sport, decree, sports activities, reason, purpose, social, development, foundation, role, assistance, practice, physical

Введение

Современный человек ведет малоподвижный образ жизни, что объясняется повсеместным использованием компьютеров и механизацией ряда процессов, которые ранее человек выполнял самостоятельно, прикладывая при этом серьезные физические усилия. Помимо значительной автоматизации труда, жизнь современного общества упростилась благодаря стремительному развитию общественного и личного транспорта, сферы услуг и городской инфраструктуры в целом.

Образ жизни среднестатистического человека, работающего в офисе по стандартному пятидневному графику, зачастую приводит к гиподинамии — пониженной подвижности, которая влечет за собой проблемы, связанные с опорно-двигательным аппаратом, кровеносной, пищеварительной и другими системами организма. К указанной проблеме добавляется также неблагоприятная экологическая обстановка крупных городов и, что стало особенно актуальным с момента начала пандемии Covid-19, нестабильная эпидемиологическая ситуация.

Новая коронавирусная инфекция оказала существенное негативное влияние на здоровье людей по всему миру и, в частности, в России. Оказавшись в условиях изоляции, значительная часть населения нашей страны начала заниматься фитнесом в домашних условиях, а с приходом весны и лета продолжила тренировки на уличных спортивных площадках. Фитнес — это многогранное социокультурное явление, суть которого заключается в ответственном и гармоничном подходе к здоровью

человека с помощью дозированных физических нагрузок, правильного питания, отказа от вредных привычек и сохранения благополучного психологического состояния.

Вовлеченность людей в занятия спортом возросла по причине осознания ими того факта, что занятия физической активностью являются неотъемлемой составляющей укрепления здоровья. Включение фитнеса в рабочий график человека меняет его жизнь, влияя на состояние здоровья души и тела. Однако стоит отметить, что в нашей стране наряду с возрастающей актуальностью занятий фитнесом имеется ряд ограничений, сдерживающих активное развитие фитнес-индустрии.

Проблемы фитнес-индустрии в России

Перечень основных проблем современного фитнеса в России начинается с отсутствия в стране единого подхода к трактовке понятия «фитнес» как в научном сообществе, так и в законодательной сфере.

На сегодняшний день достаточно много предпосылок указывают на необходимость интеграции связанной с фитнесом проблематики в российскую науку и создания единого понятийного аппарата. К подобным предпосылкам можно отнести следующие: глобализацию и, как следствие, взаимообогащение культур; большое количество функционирующих в нашей стране фитнес-центров; проведение международных фитнес-конвенций с участием России; создание международных и национальных объединений («Национальное фитнес-сообщество»), одной из основных целей которого является содействие улучшению

здоровья и качества жизни граждан России при помощи занятий фитнесом) и фитнес-сообществ (Международная ассоциация здоровья и фитнеса (IHRSA), Международная ассоциация двигательной активности и танцев (IDEA), Всемирная организация фитнеса (WFO) и др.), а также использование терминов широким кругом ученых, тренеров, студентов профильных учебных заведений.

Термин «фитнес» происходит от английского «tobefit» — «tobe the rightsizeorshapefor someoneorsomething», «tobesuit able for something», что значит «быть подходящего размера, формы», «подходить для чего-то». Изначально словосочетание «tobefit» появилось в Англии для обозначения годности лошади для скачек. По определенным качественным критериям оценивались состояние морды лошади, зубов, копыт. В США выражение «tobefit» использовали для обозначения физической подготовки. С течением времени его смысловое содержание изменилось и приблизилось к описанию социокультурного явления XX в., заключающегося не только в физическом здоровье человека и его готовности к физической работе, но и в стремлении к достойной и качественной жизни, в которую входят также ментальное и духовное благополучие.

В федеральном законе N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» встречается наименование субъекта физической культуры и спорта — «фитнес-центра» — «физкультурно-спортивной организации, целью деятельности которой является оказание гражданам услуг по физической подготовке и физическому развитию». Отсюда следует, что закон сводит понятие фитнеса к деятельности фитнес-центров, рассматривая фитнес только как услугу. Данный подход к идентификации фитнеса является неправильным, несмотря на то, что распространение фитнеса

в России обычно связывают с началом работы первых фитнес-центров.

В 2011 г. «Национальное фитнес-сообщество» выступило с предложением нормативного закрепления понятия, дав ему следующее определение: «Фитнес — это комплекс мероприятий, направленный на физическое воспитание, гармоничное физическое развитие и физическую подготовку человека

посредством проведения занятий самостоятельно и/или под руководством специалистов, на специально оборудованной территории с использованием специального оборудования» [8]. Приведенное определение сужает широкое понятие фитнеса, поскольку не включает в себя возможность проведения тренировок на свежем воздухе, не требующих специального оборудования или территории. Таким образом, предложение о поправках в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ не было одобрено.

В 2018 г. вновь была совершена попытка закрепить понятие фитнеса. В Государственную Думу был внесен законопроект, в котором предлагалось следующее определение: «Фитнес — это часть физической культуры и массового спорта, направленная на ведение гражданами здорового образа жизни посредством организации физкультурно-оздоровительных мероприятий, которая состоит в оказании гражданам услуг по проведению организованных и (или) самостоятельных занятий физической культурой с привлечением тренера и иных специалистов в области физической культуры и спорта, а также по участию в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях». Эти поправки не вошли в окончательную редакцию закона.

Помимо закона N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», существуют приказы Министерства спорта Российской Федерации, где упоминается термин «фитнес». В их числе — наиболее поздний Приказ Минспорта России «Об объявлении государственной аккредитации Российской Федерацией общественных организаций для наделения их статусом общероссийской спортивной федерации по виду спорта «фитнес-аэробика» от 22.02.2018 N 166.; национальные стандарты РФ (например, ГОСТ Р 56644—2015 «Услуги населению. Фитнес-услуги», ГОСТ Р 57138—2016 «Фитнес-услуги для детей и подростков», ГОСТ Р 57579—2017 «Требования к специализированным фитнес-студиям»); федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в части совершенствования деятельности фитнес-центров» от 02.08.2019 N 303-ФЗ; при-

каз Министерства труда и социальной защиты РФ «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по продвижению фитнес-услуг» от 24.12.2020 N 950н и др.

В содержании национального стандарта ГОСТ Р 56644—2015 «Услуги населению. Фитнес-услуги» «фитнес» определяется как «комплекс спортивно-оздоровительных мероприятий и действий, направленных на формирование, поддержание и укрепление здоровья человека, его физическую реабилитацию, организацию и проведение физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга и достижения спортивных результатов»[6]. По причине добровольного использования данное определение не получило повсеместного распространения. В связи с тем, что фитнес включает в себя не только физическое благополучие людей, но и благополучие духовное, это определение нуждается в доработке.

Анализ правовых актов, нормативно-технических документов и других источников позволил сделать вывод, что существующие в нашей стране определения либо искажают, либо недостаточно полно раскрывают смысл термина «фитнес». Приведенные ниже определения включают в себя совокупность характеристик, отличающих фитнес от других видов физической активности:

- В широком значении фитнес является мультифункциональным социокультурным явлением, идеология которого подразумевает гуманный всесторонний подход к здоровью человека посредством нормированных физических нагрузок, правильного питания, отказа от вредных привычек и сохранения позитивного психоэмоционального состояния.
- В узком значении — популярным инновационным продуктом, предоставляемым людям в виде услуг по физическому восстановлению. Это сложная система, состоящая из постоянно модернизирующихся технологий, моделей, средств и способов физической нагрузки, а также различного специального оборудования, в совокупности способствующих улучшению качества жизни человека и формируемых на основе отечественных и зарубежных форм оздоровительной физической культуры.

Фитнес не стоит отождествлять с физической культурой, цели которой, согласно закону, значительно шире. Фитнес относится к современным формам массовой физической культуры. Он призван решать многие социальные проблемы, так как затрагивает такие важные составляющие жизни человека, как семья, друзья, профессиональное окружение, то есть агентов первичной и вторичной социализации. Фитнес-центры давно зарекомендовали себя как место для новых знакомств, поиска единомышленников и просто духовного расслабления, отвлечения от повседневных проблем. Культура фитнеса позволяет распространять ценности правильного образа жизни среди населения разного возраста, что в целом способствует физическому и психологическому оздоровлению людей. При этом существует проблема международного масштаба, заключающаяся в навязывании обществу идеализированных стандартов красоты.

Посредством всепроникающей рекламы средства массовой информации негативно влияют на психическое и физическое здоровье людей, вынуждая выбирать изнуряющие диеты и непосильные нагрузки. Манипулируя сознанием людей, некоторые СМИ подрывают эмоциональное состояние человека и негативно влияют на его самооценку, в некоторых случаях вызывая расстройство пищевого поведения или депрессию. Это происходит по причине того, что в большинстве рекламных роликов участвуют стройные молодые модели с худым или рельефным телом. Проникаясь подобной визуальной информацией, пожилое население или люди с избыточным весом и иными особенностями организма ощущают, что они недостаточно привлекательны по сравнению с рекламируемыми идеальными образами, замыкаются в себе и испытывают страх при мыслях о спортивном зале и фитнесе.

Подобные представления об идеальных формах закрепились в сознании россиян, поэтому любые попытки отхождения от «норм» сталкиваются с сокрушительной критикой. В России довольно много людей с нестандартной фигурой, при этом маркетинговые кампании разных фирм только недавно начали обращать внимание на этот факт. Компании, рискнувшие использовать изображения моделей больших размеров в России, потерпели неудачу,

что было связано с низким культурным уровнем населения нашей страны и неготовностью к толерантному восприятию разнообразия красоты.

При проведении закрытого опроса ВЦИОМ летом 2021 г. респондентам был задан следующий вопрос: «В последнее время в СМИ, интернете, на обложках популярных журналов или в рекламе можно увидеть фотографии моделей с особенностями внешности или тела, отличающимися от общепринятых стандартов красоты, например, с сильной пигментацией кожи, с избыточным весом и тому подобное. Как Вы к этому относитесь?» 61 % опрошенных дал ответ «безразлично», а варианты «безусловно положительно» и «скорее положительно» набрали 7% и 13% соответственно. Отвечая на вопрос «Вы знаете, слышали или сейчас впервые слышите о таком общественном движении, как бодипозитив? (*Бодипозитив (от англ. body-positivity; body — «тело» и positive — «позитив, что-то положительное»).* Общественное движение, выступающее за принятие своего тела со всеми его особенностями). Если слышали, то, по Вашему мнению, за что оно выступает?», большинство опрошенных выбрало ответ «впервые слышу об этом» (59%) [7]. Эти статистические данные доказывают необходимость формирования культуры здорового и уважительного отношения к любой фигуре и пропаганды здорового образа жизни в России. В таких условиях особенно актуально формирование здоровых потребностей и правильного целеполагания, а также воспитание терпимости к физическим особенностям других людей на базе управления поведением человека. Эту проблему в силах решить государство с помощью регулирования содержания теле- и радиорекламы на федеральных каналах, таких как «Первый канал», «Россия-1», «Матч ТВ» и др., а также наружной, печатной и интернет-рекламы, сообщений на официальных страницах социальных сетей и призыва населения к регулярным занятиям фитнесом. Это также позволит улучшить некоторые количественные и качественные показатели, отвечающие за здоровье и благополучие населения и увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в соответствии с целями Указа Президента «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

К другой категории важных проблем российской фитнес-индустрии относятся низкий уровень фитнес-менеджмента и дефицит квалифицированного персонала. Следует отметить, что рынок российского фитнеса долгое время развивался в специфических условиях, в которых деятельность инструкторов по фитнесу находилась вне сферы правового регулирования. Большая доля населения нашей страны занималась в фитнес-центрах под руководством тренеров, не имеющих специального образования. Без внимания оставались не только качество проведения тренировок, но и содержание дипломов или иных документов, подтверждающих получение образования, повышение квалификации и обучение инструкторов, следовательно, работа фитнес-центров была весьма беспорядочной. Кроме того, развитие фитнеса в стране сдерживал недостаток качественного менеджмента.

В соответствии с Федеральным законом «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в части совершенствования деятельности фитнес-центров» от 02.08.2019 N 303-ФЗ фитнес-центры обязали привлекать к работе «квалифицированных работников, обладающих теоретическими знаниями и практическими навыками в сфере оказания соответствующих услуг, обеспечивать условия для повышения их квалификации» [5].

С 24 декабря 2020 г. согласно Приказу Минтруда России «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по продвижению фитнес-услуг» от 24.12.2020 N 950н любой тренер по фитнесу, чтобы получить допуск к работе со здоровьем человека в условиях спортивного центра, при трудоустройстве должен предоставить документ о профильном образовании, сертификаты о теоретической и практической подготовке, подтверждающие опыт работы записи в трудовой книжке или иные документы с предшествующих мест работы, а также справку об отсутствии судимости.

У фитнеса как вида физической культуры обязательно должны быть соответствующие стандарты, регламентирующие процессы деятельности, и другие нормативные акты, которые призваны контролировать уровень квалификации занятых в фитнес-индустрии специалистов.

Рынок фитнеса ежедневно сталкивается с одними и теми же материальными проблемами: высокие кредитные ставки, большой размер страховых взносов, дорогостоящая арендная плата и неравномерное региональное распределение материального обеспечения. Регионы остаются в положении недостаточного финансирования для обновления спортивного инвентаря и внедрения новых программ фитнеса. Сложившуюся ситуацию усугубляет распространение новой коронавирусной инфекции, из-за которой большинство фитнес-центров по всей России понесли значительные убытки, а некоторые из них были вынуждены закрыться. По данным за 2020—2021 гг., рынок фитнес-услуг сократился на 40% в сравнении с 2019 г. (тогда в индустрии насчитывалось 5,2 тыс. объектов и 249,6 тыс. сотрудников) [9]. Фитнес остается доступным только для населения с высоким уровнем доходов. Это порождает новую социально-экономическую проблему, связанную с социальной дифференциацией. Для решения данной проблемы государством был предпринят ряд мер, о которых будет сказано далее.

Сегодня расходы на спорт и оздоровление приравниваются к социально значимым, поэтому с первого января 2022 г. вступил в силу Федеральный закон от 05.04.2021 № 88-ФЗ «О внесении изменений в статью 219 части второй Налогового кодекса Российской Федерации в части предоставления социального налогового вычета в сумме, уплаченной налогоплательщиком за оказанные ему физкультурно-оздоровительные услуги», согласно которому россияне могут получить налоговый вычет за занятия фитнесом. Вычет предоставляется на услуги спортивных организаций и индивидуальных предпринимателей из определенного списка Министерства спорта РФ, составленного по данным из разных регионов. Порядок внесения в данный список спортивных организаций устанавливает Правительство РФ. Общая сумма социальных налоговых вычетов не должна превышать 120 тыс. рублей в год. Налоговый вычет составляет 13% от суммы, которую можно вернуть (120 тыс. рублей). Таким образом, за пользование услугами определенных фитнес-центров россияне могут вернуть 15 600 рублей [5].

Решением проблемы для предпринимателей может стать развитие государственно-

частного партнерства. Использование возможностей рынка качественного фитнеса, располагающего опытными специалистами, современными технологиями и успешными бизнес-моделями, может быть социально и экономически выгодно государству. Местные бюджеты расходуют около 60 млрд. рублей в год на эксплуатацию спортивных объектов. В случае передачи доли таких объектов в управление предпринимателей государство уменьшит затраты на эксплуатацию, а фитнес-индустрия сможет развиваться более активно. Кроме того, такие меры, как снижение страховых взносов на заработную плату сотрудников, поддержка владельцев недвижимости, которые предлагают предпринимателям арендные скидки, помощь в регулировании СанПиН в деятельности фитнес-центров, возможность включения части фитнес-услуг в ДМС и ОМС, тоже способны оказать позитивное влияние на развитие индустрии.

Все перечисленные проблемы внутригосударственного характера в совокупности с новыми международными обстоятельствами сдерживают развитие фитнеса в России, однако могут быть решены при условии активного участия государства.

Влияние фитнеса на позитивную трансформацию общества и развитие массовой физической культуры в России

Указ Президента РФ от 7 мая 2018 г. № 204 определяет целью достичь того, чтобы доля вовлеченного в систематические занятия физической культурой и спортом населения составила 55%. Этот указ является подготовительной ступенью перед целью из указа Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474, в котором зафиксирована цель в достижении 70% вовлеченного населения [4].

По состоянию на конец 2020 г. в РФ доля вовлеченных в систематические занятия физической культурой и спортом составляла 45,4%, причем распределение по возрастам было неоднородным. Опрос ВЦИОМ от 5 апреля 2021 г., отражает причины, по которым граждане не занимаются спортом. Такие причины, как «нет времени / некогда / много работаю» и «лень / не хочу / нет желания», скорее всего, лежат в сфере приоритетов, желаний и спосо-

бов времяпрепровождения. Из-за «ограничений по здоровью» спортом не занимаются 19% респондентов; ответ «возраст не позволяет / пенсионер» является причиной отказа от занятий для 9%; вариант «очень дорого / нет денег» отметили 3%, а вариант «негде заниматься / рядом нет спортзалов, площадок» — еще 2%. Также стоит обратить внимание на два пункта в ответах респондентов — «живем в деревне / свое хозяйство / огород / в сельской местности хватает спорта» и «болею», которые отметили 8% и 7% соответственно [1]. Обобщая эту информацию, можно сказать, что ключевыми ограничениями для граждан являются следующие: возрастные, физические, финансовые и территориальной доступности.

Проблема низкой вовлеченности граждан в занятия спортом имеет ряд решений, предложенных Министерством спорта для достижения целей указа Президента № 204. Здесь стоит отметить такие инструменты, как создание условий для привлечения граждан к систематическим занятиям; создание эффективной системы физического воспитания различных категорий и групп населения; повышение доступности спортивной инфраструктуры для всех категорий и групп населения, в том числе на сельских территориях и в сельских агломерациях, а также для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов; развитие адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; развитие системы подготовки, переподготовки и повышения квалификации кадрового резерва в сфере физической культуры и спорта; совершенствование нормативно-правового регулирования сферы физической культуры и спорта; обеспечение безопасности при проведении физкультурно-массовых мероприятий [2].

Государственные институты в сфере спорта поставили перед собой цель привлечь к занятию спортом тех, кто-либо не увлечен физической культурой, либо не имеет возможности оплачивать занятия. И здесь на помощь этим категориям населения приходят социальные проекты. Однако перед тем, как рассматривать эффективные практики в области реализации социальных фитнес-программ, стоит отметить, что в России существует серьезная проблема в области реализации социальных проектов как таковых. Речь идет о краткосрочном жизненном

цикле проектов. Среди основных причин этой проблемы следует назвать следующие: быстрое угасание лидера, изменение жизненных обстоятельств активистов проекта, недостаточный эмоциональный заряд участников, чрезмерная осторожность в определении времени начала финансовой поддержки проекта. Это влечет за собой появление проектов, в которых можно отметить точечные эффективные события, но при этом трудно оценить их общую эффективность, так как нет достаточного количества информации. В связи с этим будут рассмотрены в основном устоявшиеся практики привлечения к занятиям спортом.

На федеральном уровне в России создан ключевой проект «Спорт — норма жизни». Он реализуется с 1 января 2019 г. Два основных направления проекта — это развитие массового спорта, а также создание и улучшение условий для занятий спортом на всей территории страны. Для многих проект способен оказаться началом систематических занятий спортом, так как не требует на старте ничего, кроме желания попробовать. В рамках второго направления по всей России проводятся ремонт и строительство спортивных площадок и спортивных объектов, начиная от дворовой инфраструктуры и заканчивая дворцами спорта, способными принимать международные соревнования [10].

Самый развитый на текущий момент проект — созданный в 2018 г. проект мэра Москвы «Московское долголетие». Проект ориентирован на женщин от 55 лет и мужчин от 60 лет, а также на граждан, вышедших на пенсию по выслуге лет. По результатам первых трех лет работы проекта в него оказались вовлечены более 380 тыс. человек; было проведено более 18 млн. занятий по 30 разным направлениям (в т.ч. фитнес, занятия на тренажерах и занятия по общей физической подготовке). Широкий спектр предлагаемых возможностей позволяет участникам с медицинскими ограничениями выбрать подходящую альтернативу. Проект успешно работал в условиях пандемии Covid-19: помимо продолжения занятий в парках, скверах и помещениях (при наличии действующего QR-кода), участники проекта получили возможность участвовать в занятиях онлайн. Несмотря на государственную основу проекта, в работе с участ-

никами задействованы 225 негосударственных организаций, что также служит косвенным подтверждением ориентации проекта на постоянные улучшения и на удобство граждан [11].

Значимую роль в развитии социального фитнеса играют благотворительные фонды. Например, благотворительный фонд Владимира Потанина в 2020 г. открыл новую программу «Сила спорта». Целями программы являются содействие сохранению спортивного наследия по всей стране, развитие благоприятной атмосферы для активного участия граждан в спортивных инициативах, содействие усилению роли спорта в решении ключевых общественных задач. Также благотворительный фонд Владимира Потанина совместно с центром социального проектирования «Платформа» провел исследование социальных эффектов спорта, в рамках которого была рассмотрена сфера социальных спортивных проектов. Целями исследования стали поиск, выявление и развитие лучших действующих практик в направлении социального спорта.

Одна из таких рабочих практик, открывающая дополнительную возможность, представляет собой уход от социальной депривации. В данном случае речь идет о вовлечении девочек в занятие футболом, который длительное время считался исключительно мужским видом спорта. Проект «Girl Power» был создан на базе футбольной школы для подготовки мальчиков к игре на любительском уровне. Этот проект предлагает всем желающим девочкам в возрасте от 5 до 12 лет познакомиться с футболом и попробовать свои силы во время трехмесячных тренировок.

На базе благотворительного фонда «Спорт для жизни» реализуются проекты по развитию и поддержке спорта для людей с инвалидностью. В 2013 г. в Южно-Сахалинске появился проект «Социальный фитнес», который представляет собой бесплатные фитнес-тренировки для всех желающих, в том числе фитнес для беременных, фитнес для людей старше 55 лет и фитнес для детей от 3-х лет. В рамках проекта проведено более 10 тыс. тренировок, а в 2022 г. места для занятий расширились до 23 разных площадок региона.

Еще один из проектов-долгожителей — «Зеленый фитнес», созданный в 2015 г. в Казани. В настоящее время этот проект реализуется

в рамках федерального проекта «Спорт — норма жизни» и нацелен на помощь в достижении доли в 55% систематически вовлеченного в спорт населения к 2024 г. Проект ориентирован на ежедневные бесплатные мероприятия на общественных пространствах города более чем по двадцати разным видам физических активностей, которые включают в себя фитнес для людей с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья), фитнес для людей старшего возраста и фитнес для детей.

В рамках Специальной олимпиады действует программа «Молодой атлет», объединяющая детей в возрасте от 2 до 7 лет с особенностями развития и без них, на самом раннем этапе взросления вовлекая детей в однородную среду без рамок и границ. Отдельно стоит отметить уникальный проект «Тренер в кармане», ориентированный на лиц с ментальными и поведенческими особенностями, который возник в период пандемии из-за изоляции многих участников. Методологической основой приложения выступает фитнес-программа «FIT 5 Special Olympics Inc.» с пятью ключевыми принципами: вариативность, индивидуальный подход, инклюзия, уважение и системность. Также для увеличения интереса аудитории активно используется геймификация.

Популярный проект «Лига мечты» Сергея и Натальи Белоголовцевых реализовывает свою основную задачу, состоящую в реабилитации и социализации детей и подростков с инвалидностью.

Проект «Марафон в темноте» Юлии Толкачевой и Анастасии Плетминцевой помогает слабовидящим или незрячим спортсменам-бегунам найти бегунов-поводырей. Они служат для незрячих бегунов «глазами», помогая выполнять программу тренировки или участвовать в соревнованиях. Подобные проекты есть не только в Москве, но и в других регионах страны. Например, проект «Нет недосягаемых высот» был разработан совместно с Федерацией скалолазания Нижегородской области и направлен на социальную адаптацию людей с инвалидностью. Задачи таких проектов заключаются не только в помощи людям с ограниченными возможностями. У лидеров проектов есть и другие социальные цели. Например, Игорь Колесов из фонда «Лидер», развивающего дворовые виды спорта, считает,

что дворовый спорт нужно модернизировать, в том числе, создавать возможности для инклюзии. Цель проекта состоит не только в том, чтобы дать возможность людям играть в спортивные игры, но и в том, чтобы через спорт запустить цепочку позитивных социальных эффектов.

Возможности физической культуры и спорта для адаптации мигрантов и снижения ксенофобии используют активисты центра развития межнационального сотрудничества. В 2002 г. Ашот Айрапетян и его коллеги решили организовать футбольный турнир для представителей разных национальных групп. В процессе реализации проекта выяснилось, что такие соревнования не только не провоцируют разногласия, но и дают возможность людям, принадлежащим к разным этносам и разным культурам, подружиться.

Проект «Социальный фитнес. Приморье» дает местным жителям возможность бесплатно принять участие в профессиональных тренировках по разным направлениям фитнеса. Занятия проводят специалисты по соответствующим направлениям.

Все эти социальные проекты объединяет одно — они направлены на улучшение ментального и физического здоровья, социализацию и реабилитацию людей с ограниченными возможностями, формирование волевых и гражданско-патриотических качеств. Нельзя не отметить, что подобные проекты оказывают положительное влияние на современную жизнь граждан России в целом.

Например, социальный фитнес-проект для переболевших Covid-19 предложили медики — участники конкурса «Россия — страна возможностей». Они разработали систему онлайн-реабилитации, включающую в себя гимнастику и психологические тренинги, а также запустили горячую линию для обсуждения вопросов граждан и психологической поддержки.

В условиях пандемии проект «Московское долголетие» переориентировал свои занятия на онлайн-формат. Губернатор Забайкальского края Александр Осипов предложил бесплатно пускать в фитнес-клубы пожилых людей, которые переболели коронавирусом, выделив на это 2,9 млн. рублей из бюджета. Эти расходы были включены в региональный проект «Здоровое Забайкалье».

Пандемия заставила представителей фитнес-индустрии придумывать новые пути решения проблем, связанных с разного рода ограничениями. Многие предприниматели инициировали создание социальных фитнес-проектов, которые помогают людям, переболевшим коронавирусной инфекцией и не имеющим финансовой возможности заниматься реабилитацией, восстанавливать и сохранять здоровье. Это, несомненно, положительно влияет на развитие социального фитнеса в России в целом. Стоит подчеркнуть, что создание нового — это двигатель прогресса в фитнес-индустрии.

Заключение

Одной из самых востребованных практик современной сферы досуга является фитнес, благодаря которому человек получает возможность не только реализовать свой потенциал в разных областях, но и улучшить свою общую физическую подготовку, поддерживать здоровье.

Россия самостоятельно встала на путь развития социальных спортивных и фитнес-проектов, оказывающих положительное влияние на жизнь людей. Сегодня ведётся строительство новых спортивных комплексов и площадок, организуются бюджетные спортивные школы. В соответствии с указом Президента № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» была поставлена задача достичь показателя вовлеченности в спортивную жизнь более 70% населения страны, включая дошкольников, пожилых граждан и людей с особенностями развития. По данным Росстата, доля людей, систематически занимающихся спортом, составляет 45,4%. Важную роль в повышении этого показателя сыграло множество организаций, созданных для вовлечения в спортивные мероприятия людей старшего возраста и представителей социально незащищенных слоев общества. Социальный фитнес в России развивается также благодаря деятельности благотворительных фондов. Помимо этого, существуют сотни неправительственных организаций по всей стране, развивающих культуру здорового образа жизни и предлагающих спортивные активности для всех слоев населения без таких ограничений, как возраст, финансовые и физические возможности. Основная цель вышепе-

речисленных организаций и проектов состоит в том, чтобы любой человек мог приобщиться к массовому спорту и зарядиться позитивными эмоциями, чувствуя себя полноценным участником спортивной жизни страны.

Однако такие ограничивающие факторы, как законодательное закрепление термина «фитнес» и связанных с ним понятий; низкий уровень культуры населения нашей страны в вопросе толерантного отношения к разнообразию красоты; некачественный фитнес-менеджмент и дефицит квалифицированного персонала, а также материально-финансовое обеспечение данной индустрии в больших городах и регионах России пагубно влияют на распространение эффективных практик вовлечения граждан в занятия массовой физической культурой и развитие фитнес-индустрии в целом.

Для популяризации общедоступных занятий спортом прилагается большое количество усилий и со стороны государства, и со стороны добровольцев, рядовых граждан, волонтеров и частных предпринимателей. Всё это уже сейчас оказывает положительное влияние на процесс оздоровления нации; в будущем следует рассчитывать на значительное увеличение степени информированности населения о здоровом и правильном образе жизни. Предполагается, что решение всех вышеперечисленных проблем послужит началом нового витка позитивной трансформации общества.

Список источников

Законодательные материалы

1. Аналитический обзор «Спортивная Россия» // Всероссийский центр изучения общественного мнения ВЦИОМ [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/sportivnaja-rossija> (дата обращения: 07.02.2022).

2. Правительство Российской Федерации утвердило новую государственную программу «Развитие физической культуры и спорта» // Сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://minsport.gov.ru/press-centre/news/36725/> (дата обращения: 07.02.2022).

3. Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в части совершенствования деятельности фитнес-

нес-центров» от 02.08.2019 N 303-ФЗ (последняя редакция) // Сайт системы «Консультант-Плюс» [Электронный ресурс] // Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/ (дата обращения: 07.02.2022).

4. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 02.07.2021) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2021) // Сайт системы «КонсультантПлюс» [Электронный ресурс] // Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/ (дата обращения: 07.02.2022).

5. Федеральный закон от 05.04.2021 № 88-ФЗ «О внесении изменений в статью 219 части второй Налогового кодекса Российской Федерации в части предоставления социального налогового вычета в сумме, уплаченной налогоплательщиком за оказанные ему физкультурно-оздоровительные услуги». [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202104050039> (дата обращения 10.02.2022).

Стандарты

6. ГОСТ Р 56644—2015 Национальный стандарт Российской Федерации Услуги населению. Фитнес-услуги Общитребования // Services for people. Services of the fitness. General requirements // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/1200124945> (дата обращения: 03.02.2022).

Электронный ресурс

7. Бодипозитив: новый взгляд на внешность // Всероссийский центр изучения общественного мнения ВЦИОМ [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/bodipozitiv-novyi-vzglyad-na-vneshnost> (дата обращения: 05.02.2022).

8. О законодательном закреплении понятия «фитнес». Обращение Некоммерческого партнерства «Национальное сообщество профессиональных участников спортивно-оздоровительной индустрии» от 12 декабря 2011 года № 17 // Сайт организации «Национальное фитнес-сообщество» [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://nationalfitness.ru/wp-content/uploads/2017/03/otvet-na-zapros-ponyatie-fitness-23.12.11.pdf> (дата обращения: 07.02.2022).