НАУЧНЫЙ ОБЗОР

DOI: https://doi.org/10.17816/socm634167

Физкультурно-спортивная активность россиян: задачи повышения и динамика за 20 лет (аналитический обзор)

Л.Ю. Иванова

Институт социологии Федерального научно-исследовательского социологического центра Российской академии наук, Москва, Россия

АННОТАЦИЯ

В XXI в. в Российской Федерации приняты важные решения по формированию здорового образа жизни населения и развитию физической культуры и спорта (ФКС). Анализ социологических исследований о физкультурно-спортивной активности россиян представляет интерес с точки зрения достигнутых результатов в развитии массового спорта в России.

Цель обзора — проследить динамику распространённости занятий ФКС среди россиян за два десятилетия и динамику мнений российских граждан о создании условий для таких занятий. Посредством метода классического анализа и обобщения информации проанализированы результаты различных социологических опросов и научные публикации по теме из базы данных Российского индекса научного цитирования (n=43). Для расчётов использовалась программа IBM SPSS Statistics 26.

Опросы 2006–2018 гг. выявили положительную тенденцию в распространённости занятий ФКС среди россиян. Респонденты стали чаще отмечать наличие спортивных объектов по месту своего жительства. Исследования последних лет показывают растущую удовлетворённость граждан созданными условиями для занятий ФКС, но не выявляют положительной динамики в распространённости таких занятий и в использовании мест для них.

Для дальнейшего вовлечения россиян в занятия ФКС важно проводить просветительскую работу среди населения, освещать рекомендации специалистов относительно физической активности человека, учитывать особенности мотивов, побуждающих к занятиям ФКС, и причины отказа от них в различных социально-демографических группах. Пожелания граждан относительно строительства новых спортивных объектов необходимо связывать с их возможностями, включая свободное время и финансовые ресурсы по оплате привлекательных спортивных услуг. Комплексные исследования этих вопросов и анализ статистики получения спортивно-оздоровительных услуг могут стать основой для политики предоставления льгот, стимулирующих физкультурно-спортивную активность россиян, и для корректировки норм обеспеченности населения спортивными объектами.

Ключевые слова: физическая активность; распространённость занятий физкультурой и спортом; мониторинг; политика; здоровый образ жизни.

Как цитировать:

Иванова Л.Ю. Физкультурно-спортивная активность россиян: задачи повышения и динамика за 20 лет (аналитический обзор) // Социология медицины. 2024. Т. 23, № 2. С. 186–197. DOI: https://doi.org/10.17816/socm634167

Рукопись получена: 09.07.2024 **Рукопись одобрена:** 16.10.2024 **Опубликована online:** 19.11.2024

Статья доступна по лицензии CC BY-NC-ND 4.0 International
© Эко-Вектор, 2024

REVIEW

DOI: https://doi.org/10.17816/socm634167

Physical and sports activity of Russians: trends and developments over 20 years (analytical review)

Larisa Yu. Ivanova

Institute of Sociology of the Federal Research Sociological Center of the Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia

ABSTRACT

In the 21st century, the Government of the Russian Federation made important decisions related to healthy lifestyle of the population and the development of physical education and sports (PES). The review of sociological studies of physical and sports activities of Russian citizens is of interest considering the results of mass sports development in Russia.

The aim of this review is to trace the trends of PES popularity among Russians for over two decades and the variation of Russian citizens' opinions on the creation of conditions for such activities. We analyzed various surveys and scientific papers from the RSCI database on the topic (n=43) using the traditional data review and collation method. The calculations were made using IBM SPSS Statistics 26.

Surveys from 2006 to 2018 showed a positive trend in the popularity of PES among Russians. Respondents more often noted that there were sports facilities at their place of residence. Recent studies have shown that the citizens are increasingly satisfied with the conditions created for physical and sports activities. However, they have not identified any positive trends in the popularity of such activities or the use of relative facilities.

To further involve Russians in physical and sports activities, it is important to raise awareness of the population, publicize expert opinions on human physical activity, address specific motives that encourage people to engage in physical and sports activities and the reasons for refusing to do so in various demographic groups. The wishes of citizens in relation to construction of new sports facilities shall be linked to their capabilities, including free time and financial resources to pay for attractive sports services. Comprehensive research into these issues and analysis of statistics on the provision of sports and fitness services may be the basis for a policy of providing benefits to encourage Russians to engage in physical and sports activities, and adjusting the standards for providing sports facilities to the population.

Keywords: physical activity; popularity of physical education and sports; monitoring; policy; healthy lifestyle.

To cite this article:

Ivanova LYu. Physical and sports activity of Russians: trends and developments over 20 years (analytical review). *Sociology of Medicine.* 2024;23(2):186–197. DOI: https://doi.org/10.17816/socm634167

Submitted: 09.07.2024 **Accepted:** 16.10.2024 **Published online:** 19.11.2024

ECO•VECTOR

Article can be used under the CC BY-NC-ND 4.0 International License
© Eco-Vector, 2024

ОБОСНОВАНИЕ

Понятие «болезни цивилизации» включает такие неинфекционные заболевания (НИЗ), как злокачественные новообразования, хронические болезни органов дыхания, сахарный диабет и сердечно-сосудистые заболевания. По данным ВОЗ, доля смертей в год, вызываемых НИЗ, возросла почти до 75% от всех смертей [1]. НИЗ стали ведущей причиной временной нетрудоспособности, инвалидности и смертности населения в Российской Федерации (РФ) и в мире[1]. Одним из факторов распространения НИЗ среди населения является недостаточная физическая активность (ФА). В 2000 г. 53-я Всемирная ассамблея здравоохранения призвала государства-члены ВОЗ сделать особый акцент на ключевой роли правительственных функций в борьбе с НИЗ, включая политику поощрения ФА населения [2]. В документах ВОЗ отмечалось, что 30 мин регулярной физической активности средней интенсивности уменьшают риск НИЗ [3]. Были одобрены планы ВОЗ по борьбе с НИЗ[2] и по ФА[3]. ВОЗ относит к ФА любой вид движений. Разработаны рекомендации по продолжительности и интенсивности аэробной ФА и по силовым упражнениям (анаэробная ФА) для различных категорий населения [4]. ВОЗ анализирует информацию о реализации рекомендаций, касающихся политики в области ФА, и об уровнях ФА населения [5]. На национальном и региональном уровнях разрабатываются стратегии повышения ФА. В «Стратегии в области физической активности для Европейского региона ВОЗ, 2016–2025 гг.» отмечено, что в Евросоюзе 6 из 10 человек в возрасте 15 лет и старше либо не занимаются физкультурой/спортом или делают это редко, более половины не занимаются другими видами ФА или практикуют их редко [6]. Изучается проблема организации среды, стимулирующей двигательную активность. Одним из направлений проекта Европейской сети ВОЗ «Здоровые города» является городское планирование и транспортная политика, содействующие здоровью, в том числе создание условий для повышения уровня ФА [7]. РФ присоединилась к этому проекту в 2006 г.

В РФ важным направлением борьбы с НИЗ стали популяризация и формирование здорового образа жизни (ЗОЖ) населения. В социологических и медико-социальных исследованиях изучается физическая и физкультурно-спортивная активность населения и различных социально-демографических групп в связи с проблематикой здоровья и ЗОЖ. Анализируются уровни и виды ФА [8], влияние на ФА инфраструктуры проживания [9], динамика занятий физическими упражнениями и спортом [10–12], их количественные характеристики [13], удовлетворённость условиями для занятий ФКС [14, 15], спортивная активность отдельных профессиональных групп [16]. Результаты массовых опросов населения позволяют оценить эффективность выбранных стратегий для развития массового спорта в РФ и могут послужить ориентиром для корректировки намеченного.

ЦЕЛЬ

Анализ результатов различных мониторингов, отражающих динамику распространённости занятий россиян ФКС и их мнений о создании условий для таких занятий.

МЕТОДЫ

Использовался классический метод анализа и обобщения информации. Данные волн Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения (РМЭЗ) обработаны в программе IBM SPSS Statistics 26. Документы отбирались соответственно тематике статьи. Работа выполнена в 2024 г.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Социальная политика в сфере массового спорта

Задача приобщения населения к занятиям ФКС была актуальна ещё в Союзе Советских Социалистических Республик. В конце 80-х гг. XX в. в стране более ⅔ населения не были вовлечены в систематические занятия ФКС[4]. К началу нулевых годов 70% россиян не занимались физкультурой, распространённость гиподинамии среди школьников достигла 80%[5]. К концу первого десятилетия XXI в. доля россиян, не занимающихся систематически

[1] Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 15 января 2020 г. № 8 «Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 г.». Режим доступа: https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73421912/?ysclid=lwom5ewwmn45616087 Дата обращения: 27.05.2024.

[2] Глобальный план действий ВОЗ по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними на 2013–2020 гг. Женева: Отдел подготовки документов ВОЗ, 2013. Режим доступа: https://www.who.int/publications/i/item/9789241506236 Дата обращения: 27.05.2024.

[3] Глобальный план действий ВОЗ по физической активности на 2018–2030 гг.: повышение уровня активности людей для укрепления здоровья в мире. Всемирная организация здравоохранения, 2018. Режим доступа: https://web.archive.org/web/20201020215108/https://www.who.int/ncds/prevention/physical-activity/global-action-plan-2018-2030/ru/ Дата обращения: 27.05.2024.

[4] Приказ Министерства здравоохранения СССР от 14 октября 1988 г. № 770 «О совершенствовании гигиенического воспитания населения и пропаганды здорового образа жизни». Режим доступа: https://e-ecolog.ru/docs/6M2ua-L8vK1iqsjduXF-D Дата обращения: 20.05.2024.

[5] Концепция охраны здоровья населения РФ на период до 2005 г. от 31.08.2000. № 1202-р. Режим доступа. :https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=40313 Дата обращения: 20.05.2024.

ФКС, составляла 85%[6]. Для регулирования отношений в сфере физкультуры и спорта и в сфере охраны здоровья населения были приняты соответствующие законы[7, 8]. Задачи увеличения доли граждан, ведущих ЗОЖ, и граждан, систематически занимающихся (СЗ) ФКС, Минздрав РФ решает, руководствуясь утверждённой стратегией[9]. Используемое в официальных документах понятие «лица, систематически занимающиеся физической культурой и спортом», обозначает занимающихся спортом или общей физической подготовкой самостоятельно или в организованной форме не менее определенного времени в неделю (для возрастной группы 3–5 лет еженедельная двигательная активность составляет 75 мин, 6–15 лет — 90 мин, 16–29 лет — 125 мин, 30–59 лет — 115 мин, 60–90 лет — 90 мин) и учитываемых в форме статистического наблюдения[10]. Даны медицинские рекомендации занятий спортом с указанием продолжительности, интенсивности ФА [17].

Координируемые Министерством спорта РФ государственные программы по развитию ФКС в стране предусматривали модернизацию системы физического воспитания, популяризацию массового спорта, развитие и повышение доступности инфраструктуры. Работа по развитию массового спорта проводилась в рамках федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006–2015 годы»[11] и Государственной программы РФ «Развитие физической культуры и спорта»[12]. В результате реализации федеральной целевой программы ожидалось сокращение к 2015 г. расходов на медицинскую помощь, связанную с временной нетрудоспособностью по всем причинам, а повышение расходов граждан на ФКС (на душу населения) рассматривалось в качестве показателя изменения их отношения к ФКС и к своему здоровью.

В 2009 г. была утверждена «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 г.»[6], в 2020 г. — «Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 г.»[13] (далее Стратегия до 2030 г.). Проблемы формирования ЗОЖ и развития ФКС нашли своё отражение в документах, определяющих демографическую политику. Принятый в 2018 г. на период 2019–2024 гг. нацпроект «Демография» включает федеральный проект «Спорт — норма жизни»[14]. Таким образом, за последние 20 лет принимались важные решения в области формирования ЗОЖ и развития ФКС. Утверждённые документы содержат целевые показатели, важнейшим из которых является доля граждан, систематически занимающихся ФКС. Стратегия до 2030 г. подвела итоги выполнения ранее поставленных задач. Учитывая, что в рамках социологического сопровождения политики развития массового спорта накоплен большой объём данных, интерес представляет их анализ с точки зрения достигнутых результатов.

Динамика распространённости занятий физкультурой и спортом по результатам опросов

Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ) и Фонд «Общественное мнение» (ФОМ) опрашивали россиян в преддверии утверждения стратегических документов, касающихся развития сферы массового спорта (2006–2007 гг., 2013 г., 2017–2019 гг.)[11, 12, 13], поэтому в статье рассматриваются данные с 2006 г. Поскольку в различных рекомендациях по ФА обозначен недельный объём времени занятий, постольку далее, если позволяют индикаторы, выделяется доля занимающихся ФКС не реже 1 раза в неделю. Информативной для оценки ситуации

[6] Распоряжение правительства РФ от 7 августа 2009 г. № 1101-р. «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 г.» Режим доступа: https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/96059/ Дата обращения: 20.05.2024.

[7] Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Режим доступа: https://base.garant.ru/12157560/?ysclid=lxcxwu7e4s587323769 Дата обращения: 20.05.2024.

[8] Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации». Режим доступа: https://base.garant.ru/12191967/?ysclid=lxcy1xqrnu957983878 Дата обращения: 20.05.2024.

[9] Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15 января 2020 г. № 8 «Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 год». Режим доступа: https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73421912/ Дата обращения: 20.05.2024.

[10] Приказ Федеральной службы государственной статистики от 27 марта 2019 г. № 172 «Об утверждении формы федерального статистического наблюдения с указаниями по её заполнению для организации Министерством спорта Российской Федерации федерального статистического наблюдения в сфере физической культуры и спорта». Режим доступа: https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72107142/ Дата обращения: 20.05.2024.

[11] Постановление Правительства РФ от 11 января 2006 г. № 7 «О федеральной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006–2015 годы» (с изменениями и дополнениями). Режим доступа: https://base.garant.ru/189071/ Дата обращения: 20.05.2024.

[12] Постановление Правительства РФ от 15 апреля 2014 г. № 302 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие физической культуры и спорта"». Режим доступа: https://base.garant.ru/77707843/ Дата обращения: 20.05.2024.

[13] Распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 г.». Режим доступа: https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492/ Дата обращения: 20.05.2024.

[14] Паспорт национального проекта «Демография». Режим доступа: http://static.government.ru/media/files/Z4OMjDgCaeohKWaA0psu6lCekd3hwx2m.pdf Дата обращения: 20.05.2024.

в массовом спорте также является доля ответов «никогда не занимаюсь».

Проводимые исследования различаются по методологии, инструментарию и возрастным границам выборки. ВЦИОМ, ФОМ, Левада-Центр опрашивают россиян в возрасте 18 лет и старше, Росстат — 15 лет и старше, в РМЭЗ — 14 лет и старше (в статье данные РМЭЗ рассчитаны для возрастной группы 15 лет и старше). Для проводимого ниже анализа важны тенденции распространённости занятий ФКС.

По данным ВЦИОМ, с 2006 по 2018 г. доля занимавшихся ФКС как минимум 1 раз в неделю увеличилась на 29% (с 20 до 49%), доля не занимавшихся снизилась на 18% (с 57 до 39%). Редакция вопросов менялась, что могло влиять на результаты (в 2006 г. респондентов опрашивали о занятиях спортом, а с 2013 г. — о занятиях ФКС) [18, 19].

По данным ФОМ, с 2007 по 2017 г. доля занимающихся не реже 1 раза в неделю выросла на 10% (с 31 до 41%), доля ответов «не занимаюсь» сократилась на 6% (с 59 до 53%). В вопросы вносились изменения: в 2007 г. респондентов спрашивали о занятиях ФКС, в 2017 г. в вопрос добавили уточнение «включая утреннюю зарядку» [20, 21].

По данным Росстата, с 2013 по 2018 г. на 2,6% (с 19,6 до 22,2%) увеличилась доля утвердительных ответов о занятиях утренней гимнастикой/зарядкой (в редакции 2018 г. вопрос касался еще и вечерней гимнастики) и на 1,1% (с 28,3 до 27,2%) сократилась доля занимающихся ФКС в свободное время. За 6 лет среди занимающихся ФКС на 6% (с 61,6 до 67,6%) выросла доля занимающихся регулярно — не реже 2–3 раз в неделю. На все занятия ФКС (утренняя гимнастика, занятия в секциях, активные игры и пр.) еженедельно тратили от 1 часа и более 82,5 и 83,7% занимавшихся в 2013 и 2018 гг. соответственно [22, 23].

Отличительной особенностью опросов РМЭЗ и Левада-Центра является использование индикаторов, характеризующих физическую нагрузку занятий. По данным Левада-Центра, в 2022 г. по сравнению с 2011 г. на 9% (с 25 до 34%) увеличилась доля занимающихся ФКС не менее 20 мин до пота или учащения дыхания «ежедневно» или «несколько раз в неделю», на 6% (с 47 до 41%) сократилась доля «никогда» не занимавшихся в таком режиме. Отмечался рост активности среди лиц всех возрастов [24].

В индикаторах РМЭЗ сочетаются периодичность, продолжительность, интенсивность. Позитивные тенденции в приобщении россиян к занятиям физкультурой отмечаются начиная с 90-х гг. прошлого века [10]. Доля не занимающихся колебалась, сократившись, по данным волн 2006–2021 гг., на 9,2% (с 77,0 до 67,8%), заметно увеличилась доля ежедневно занимающихся физкультурой менее 30 мин и доля выполняющих лёгкие упражнения для отдыха менее 3 раз в неделю. РМЭЗ отслеживает различные формы спортивной активности [11]. По данным волн 2006 и 2021 гг., доля занимающихся на тренажёрах не менее 12 раз за последний год увеличилась с 3,6 до 6,3%.

Таким образом, положительную динамику распространённости занятий ФКС зафиксировали различные мониторинги. Данные Росстата демонстрируют минимальные изменения. Вместе с тем они показывают повышение физкультурно-спортивной активности среди тех, кто занимается ФКС. Наиболее высокие темпы роста занимающихся выявил ВЦИОМ, что отчасти связано с низкими показателями спортивной активности в 2006 г.

Следующий этап исследований связан с социологическим сопровождением реализации Стратегии до 2030 г. Во всероссийских опросах Всероссийского научно-исследовательского института физической культуры и спорта, проводимых совместно с рядом социологических служб с 2019 г., учитываются все формы занятий населения ФКС, включая детей (самостоятельные, организованные, платные и другие, в том числе обязательные в образовательном учреждении). Согласно полученным данным, в 2023 г. показатель занимающихся ФКС оказался ниже, чем в 2021–2022 гг. в возрастных группах 6–29 лет и ⩾60 лет. В возрастной группе 30–59 лет снижение было незначительным. В 2023 г. в возрастной группе 13–17 лет занимались ФКС 87,6% россиян, 18–24 лет — 69,0%, 25–29 лет — 57,3%, 30–59 лет — 59,4%, 60 и более лет — 42,1% [25].

С 2020 г. Росстат раздельно представляет данные о занимающихся ФКС самостоятельно и в организованной форме. Используемые индикаторы не выявили положительной динамики от 2020 к 2023 г. В частности, в 2020 г. самостоятельно занимались 24,8% мужчин и 22,5% женщин, а в 2023 г. — 21,4 и 19,1% соответственно. Доля занимающихся организованно была ниже [26].

По данным ВЦИОМ за 2018 и 2023 гг., занимались ФКС хотя бы раз в неделю по 49% граждан [19], то есть этот показатель за 5 лет не изменился. Отсутствие положительной динамики в занятиях ФКС в последние годы, скорее всего, связано с пандемией COVID-19, а затем с началом специальной военной операции в 2022 г.

Обеспеченность и удовлетворённость местами для занятий физкультурой и спортом

За последние 2 десятилетия в стране значительно увеличилось количество спортивных сооружений. С 2005 по 2022 г. их число выросло в 1,6 раза с 221 508 до 353 494 [27, 28]. Ориентирами развития инфраструктуры массового спорта служат нормы обеспеченности населения объектами спорта. В 2020 показатель составлял 55% от нормативов, к 2024 г. должен был подняться до 60% [29].

Россияне замечают происходящие перемены. В 2018 г. по сравнению с 2006 г. значительно выросла доля ответов о наличии поблизости от дома (в 10–15 мин ходьбы) различных спортивных объектов, особенно в период 2013–2018 гг. Если в 2006 г. наличие стадиона отметили 33% россиян, в 2013 г. — 34%, то в 2018 г. — 47%; спортивный клуб, тренажёрный зал назвали 19, 27 и 47%

соответственно; дворовую спортивную площадку — 22, 28 и 43%; бассейн — 13, 20 и 33%. Заметно чаще указывались и другие спортивные сооружения. Их отсутствие поблизости в 2006 г. отметили 34% опрошенных, в 2018 г. — 11% [30]. С 2011 по 2019 г. на 17% (с 25 до 42%) увеличилась доля граждан, которые считают достаточной обеспеченность своего населённого пункта объектами физкультурно-спортивной инфраструктуры для занятий ФКС. По этому показателю сокращается дистанция между большими и малыми населёнными пунктами. В 2011 г. 35% жителей городов-миллионников и 20% жителей малых городов и поселков городского типа указали, что по месту проживания достаточно оборудованных мест для занятий ФКС. В 2019 г. считали достаточной обеспеченность своего места жительства спортивными сооружениями 45% опрошенных в городах-миллионниках, 41% — в малых городах, 34% — в посёлках городского типа. Самые высокие показатели были в Москве и Санкт-Петербурге (55%) [20, 31].

В Стратегии до 2030 г. заложен целевой показатель уровня удовлетворённости граждан созданными условиями для занятия ФКС (70% к 2030 г.). Удовлетворённость, будучи субъективной оценкой, зависит от многих факторов. На неё может влиять дискуссия в средствах массовой информации, оценка состояния социальной сферы в целом, представления о том, какой должна быть спортивная инфраструктура, организация и оснащённость мест для занятий ФКС и другие факторы. В 2019 г. 66% россиян отметили, что условия для занятий ФКС по месту жительства скорее удовлетворяют их потребности. Уровень удовлетворённости был выше в возрастной группе 13–29 лет (78%), ниже — среди родителей детей и подростков от 3 до 12 лет (более 50%) [31].

С 2020 г. удовлетворённость условиями, созданными для занятий ФКС, отслеживается по 10 параметрам. Менее всего россияне удовлетворены стоимостью занятий ФКС, причём этот показатель снизился в 2023 г., по сравнению с 2022 г. На основе 10 параметров рассчитывается комплексный показатель уровня удовлетворённости населения созданными условиями для занятий физической культурой и спортом. С 2020 по 2023 год он увеличился с 53 до 63,9%. Удовлетворённость выше в высокодоходных группах населения, по сравнению с низкодоходными. Одним из 10 параметров удовлетворённости условиями для занятий ФКС является количество физкультурно-оздоровительных и спортивных объектов в районе проживания [32]. В этой связи изучаются пожелания респондентов о спортивных сооружениях и площадках, которые они хотели бы иметь по месту жительства. Респонденты возрастной группы 30–59 лет значительно чаще, чем группа 13–29 лет, считают, что ничего не нужно и всего достаточно. В ответах респондентов лидируют бассейны и спортивные площадки с тренажёрами. Среди опрошенных из возрастной группы 13–29 лет 22,1% хотели бы иметь спортивные площадки с тренажёрами по месту жительства, тогда как заниматься на тренажерах хотели бы только 6,9% тех, кто пока не занимается (можно было выбрать 5 видов спортивной активности) [25]. Скорее всего, часть респондентов, которые не хотят заниматься, но голосуют за площадки с тренажерами, думают о пользе для других, а кто-то из уже занимающихся, хотел бы иметь тренажёры поближе. Об условиях для занятий ФКС опрашивались и столичные жители. В 2019 г. удовлетворённость обеспеченностью города спортивными объектами/учреждениями была высокая — 41,1% москвичей отметили, что в целом удовлетворены, 27,2% — скорее удовлетворены. Более всего устраивала обеспеченность района проживания бассейнами (61,9% — удовлетворён, 13,7% — скорее удовлетворён) и дворовыми спортивными площадками (58,9% — удовлетворён и 16,5% — скорее удовлетворён). В то же время на первом месте среди объектов, которые нужны городу, также оказался «бассейн» (41,1%), на втором — «спортивная площадка во дворе» (29,9%) [15]. Пожелания новых спортивных сооружений для города не означают, что респондент готов их использовать после возведения. Помехой может быть отсутствие времени и намерение заниматься окажется отложенным на неопределённый срок. Кроме того, нужно учитывать такой ограничительный фактор получения спортивных услуг, как платёжеспособность населения. Физкультура и спорт — это отрасль экономики и занятые в ней работники оказывают соответствующие услуги. Специалисты Счётной палаты проанализировали финансовую доступность спортивных занятий. Оказалось, что в 2019 г. занятия в бассейне без тренера были не доступны 56% населения, в тренажёрном зале — 60%, занятия с тренером — 75 и 80% соответственно. Был сделан вывод, что «без существенного повышения финансовой доступности физкультурно-оздоровительных услуг невозможно увеличить численность систематически занимающихся массовым спортом» [33].

В рейтинге ответов столичных жителей о том, что создаёт сложности в поддержании здоровья и ведении ЗОЖ, на предпоследнем месте оказался недостаток мест для занятия физкультурой и спортом. Его отметили 3% москвичей, тогда как дороговизну абонементов в спортивные секции и залы — 22% (допускался выбор 3 из 12 вариантов). Объекты физкультурно-спортивной инфраструктуры — это лишь одно из условий для ведения ЗОЖ, образующих систему. Среди предложений по развитию столицы (из 7 можно было выбрать 3) только 8% горожан поддержали увеличение количества мест для занятий спортом, тогда как ценовую доступность занятий ФКС указали 29%, создание мест для прогулок на свежем воздухе (парки, скверы) — 14% [34]. Таким образом, ценовую доступность спортивных услуг и создание прогулочных зон жители Москвы отмечали чаще, чем увеличение мест для занятий ФКС. Опрос позволял взглянуть на ситуацию с точки зрения условий комфортной городской среды, рисков и благоприятных для здоровья фактов. В первую очередь отмечались более строгий контроль экологической ситуации и качества продуктов питания в магазинах. Экологическая обстановка очень важна для занятий спортом на улице.

DOI: https://doi.org/10.17816/socm634167

Понятие места для занятий спортом имеет широкий смысл. Главным показателем соответствия таких мест потребностям населения является их использование. Росстат в режиме мониторинга отслеживает ситуацию. В 2020–2023 гг. примерно по четверти опрошенных отметили отсутствие мест для занятий ФКС, большинство указали их наличие и то, что ими не пользуются (55,7% в 2020 г., 59,2% в 2023 г.). Крайне малочисленной оказалась доля указавших недоступность для себя мест для занятий ФКС (максимум составил 1,5% в 2021 г.). Чаще всего использование этих мест отмечалось в 2021 г. (12,5%). Причём с возрастом доля таких ответов падает [26].

Неиспользование мест для занятий ФКС объясняется не только тем, что значительная часть населения не занимается ФКС, но и распространённостью домашних занятий, что, безусловно, важно для здоровья. В 2023 г. среди тех, кто проявляет спортивную активность не реже 1–3 раз в мес. (54%), 54% занимались самостоятельно дома (среди 60 лет и старше — 67%); 43% — самостоятельно на стадионе, спортплощадках, в тренажёрных залах или бассейнах; 13% — в фитнес клубе под руководством тренера или инструктора; 12% — в спортивной секции, клубе, бассейне также под руководством тренера или инструктора. Молодёжь активнее пользуется объектами спортивного назначения и спортивными услугами. С возрастом значительно снижается доля прибегающих к помощи тренера [19]. Учитывались занимающиеся хотя бы 1 раз в мес. Однако стоит отметить, что существенное влияние на здоровье оказывают регулярные занятия.

Задачи дальнейшего повышения физкультурно-спортивной активности населения в целях улучшения здоровья

В Стратегии до 2030 г., утверждённой в 2020 г., указаны целевые показатели увеличения доли СЗ ФКС. Критерием выделения систематически занимающихся является соответствие данным федерального статистического наблюдения (форма №1-ФК)[10]. В возрастной группе 3–29 лет планируется увеличение доли СЗ с 83,9 до 90%; среди женщин в возрастной группе 30–54 лет и мужчин 30–59 лет — с 28,9 до 70%; среди женщин в возрастной группе 55–79 лет и мужчин 60–79 лет — с 11,7 до 45%. Таким образом, намечен значительный рост СЗ среди тех, кому 30 и более лет.

Опрос 2019 г. показал, что доля СЗ в возрастной группе 30–59 лет составила 36%, занимающихся несистематически — 19%, остальные вообще не занимались; в возрастной группе 60 лет и старше — 27 и 27% соответственно [31]. В 2023 г. в возрастной группе 60 лет и старше занимались ФКС не реже 1 раза в неделю 41% опрошенных [19]. Подчеркнем, что целевой показатель для старшей возрастной группы составляет 45% занимающихся спортом или общей физической подготовкой согласно установленному для возраста недельному объему времени.

Опросы показывают, что для людей в возрасте 60 лет и старше чаще, чем в других возрастных группах помехой для физкультурных занятий служит плохое здоровье. Среди лиц 60 лет и старше больше не только доля не занимающихся ФКС, но и доля занимающихся ежедневно — 25% (в целом по массиву 18%) [19]. В этой группе 80% опрошенных видят первоочередную цель занятий в укреплении и поддержании здоровья, в группе 18–24 г. — 47% [35]. Если в медицинских учреждениях и через региональные программы по увеличению периода активного долголетия (реализуемые в рамках федерального проекта «Старшее поколение»)[14] пожилым людям, не имеющим ограничений по здоровью для физкультурных упражнений, раздавать буклеты с информацией о снижении рисков НИЗ при регулярном выполнении коротких комплексов упражнений, дать им перечень упражнений и ссылки на сайты или телевизионные передачи для разучивания, то отклик будет.

Задачи дальнейшего приобщения россиян к массовому спорту требуют адресных мер, учитывающих установки на участие в массовом спорте различных категорий населения. На приобщение к занятиям ФКС влияют пол, возраст, уровень образования, род занятий, уровень доходов и тип поселения. Более высокую активность демонстрируют мужчины, представители младших возрастных групп, горожане. Доля занимающихся ФКС увеличивается с повышением уровня образования и доходов [23]. Более обеспеченные слои населения чаще пользуются платными спортивными услугами, чем менее обеспеченные [36]. Показатели физкультурно-спортивной активности различных социально-демографических групп целесообразно рассматривать на фоне их ФА. Медико-социальные исследования показывают, что высокая ФА чаще встречается среди жителей села, чем города, уровень ФА выше среди лиц, не имеющих высшего образования, что связано с особенностями рабочей нагрузки. Однако среди имеющих высшее образование выше показатели рекреационной физической нагрузки, что, по мнению исследователей, «может свидетельствовать о повышении грамотности и ответственном отношении к своему здоровью» [8].

Россияне единодушны во мнении о полезности занятий ФКС. Такую цель занятий, как укрепление здоровья, отметили более 80% в разных возрастных группах. Однако с возрастом меняются представления о значении занятий ФКС. Сокращается доля ответов о занятиях для удовольствия (доставляемого физической активностью), для приятного проведения досуга, общения с друзьями, для психологической разрядки и для сохранения физической формы [23].

Причинам, мешающим заниматься ФКС, посвящено много исследований. Представители возрастных групп 13–29 лет и 30–59 лет значительно чаще, чем пожилые люди (60 лет и старше), в качестве препятствия для занятий ФКС называют отсутствие времени, большую нагрузку на работе и дома, высокую стоимость абонементов, услуг тренера. Подростки и молодёжь чаще старших

DOI: https://doi.org/10.17816/socm634167

ссылаются на усталость от повседневных дел, на наличие других интересов и хобби [31]. Физкультурно-спортивная активность требует самоорганизации, отказа от пассивных форм досуга. Анализ динамики причин, мешающих заниматься ФКС, показывает, что с 2006 г. основной причиной является нехватка времени. В 2023 г. её отметили 40% тех, кто не занимается ФКС или делает это несколько раз в год (допускались 3 ответа из 10). Значительную долю ответов составляют недостаток воли (22%) и потребности в занятиях (20%). Заметно реже респонденты указывали отсутствие спортивных сооружений/площадок рядом с домом (12%), денег на спортивные занятия (10%). В 2023 г. по сравнению с 2006 г. чаще в качестве помехи отмечалось плохое здоровье (36% против 18%) [19].

Распространённость занятий ФКС снижается после 24 лет, то есть по окончании образовательного учреждения. В группе 18–24 лет наибольшая доля (45%, в целом по массиву 22%) занимающихся ФКС 2–3 раза в неделю. По завершении обучения этот показатель сокращается, составляя 28% в возрастной группе 25–34 г. [19]. Культуру активного отдыха нужно формировать с детства. Гигиенисты разработали рекомендации по работе детей за компьютером. Родителям помогут памятки с этими рекомендациями и упражнениями для активного отдыха детей во время перерывов и с отсылками на сайты по разучиванию упражнений. Важен личный пример старших по их выполнению.

Учитывая, что часть россиян занимается ФКС недостаточное время, то есть со слабым оздоровительным эффектом, или вообще не занимается, важно более активно пропагандировать рекомендации специалистов о повышении ФА, о значимости регулярных занятий для самочувствия и работоспособности. Нужна более широкая социальная реклама программ ФА, поддающейся самоконтролю и встроенной в повседневную жизнь. Пешая ходьба тоже может сопровождаться нагрузкой, которая определяется временем, дистанцией и возможностями человека.

Тех, кто проявляет интерес к ФА, может стимулировать появление новых спортивных объектов, услуг в районе проживания, при условии финансовой доступности. Расширению возможностей для занятий ФКС отвечает создание бесплатных общедоступных мест для таких занятий, что особенно важно для молодёжи и менее обеспеченных слоёв населения. Уместно процитировать Министерство спорта: «Количество объектов городской и рекреационной инфраструктуры находится на самом низком уровне развития, хотя от её наличия и качества во многом зависит массовое вовлечение населения в двигательную активность.» [37]. Политика повышения ФА населения посредством занятий ФКС преследовала не только гуманитарные, но и экономические цели — сокращение расходов системы здравоохранения на лечение заболеваний, связанных с риском недостаточной физической активности. Поэтому программы по созданию условий для занятий ФКС (в том числе и под открытым небом) также нужно оценивать по их результатам. Если посещаемость слабая, то возникают задачи по формированию культуры использования этих мест и просвещению населения относительно пользы различных видов ФА. Для занятий на улице в целях улучшения здоровья важно размещать спортивные площадки с учётом экологической ситуации на территории и пропагандировать обращение к бесплатным и безопасным интернет-сайтам с информацией по использованию уличных тренажёров.

Целесообразно в рамках конкурса «Здоровые города России» выделять программы развития ФА жителей посредством уличной спортивной инфраструктуры и пропагандировать положительный опыт.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследования выявили положительную тенденцию в распространённости занятий ФКС среди россиян с 2006 по 2018 г. Респонденты стали чаще отмечать наличие спортивных объектов по месту своего жительства. В последние годы растёт удовлетворённость россиян созданными условиями для занятий ФКС, однако не выявляется положительная динамика распространённости занятий и использования мест для них.

Недостаток денежных средств — не главная причина отказа от физкультурно-спортивных занятий, тем не менее недостаточная платёжеспособность населения является ограничительным фактором получения платных спортивных услуг. Спортивная активность высокодоходных групп населения выше, чем низкодоходных.

Предложения россиян относительно строительства новых спортивных объектов не означают готовности их посещать. Пожелания граждан необходимо рассматривать в связке с их намерениями и возможностями использовать спортивные объекты, включая свободное время и финансовые ресурсы по оплате привлекательных спортивных услуг. Комплексные исследования этих вопросов и анализ статистики получения спортивно-оздоровительных услуг могут стать основой для политики предоставления льгот, стимулирующих физкультурно-спортивную активность россиян, и для корректировки норм обеспеченности населения спортивными объектами.

В отношении практики физкультурно-спортивных занятий можно выделить 3 группы населения. Одни занимаются систематически, другие — несистематически, третьи вообще не занимаются. Пропагандируя физкультурно-спортивную активность, необходимо знакомить население с рекомендациями специалистов о регулярных физических нагрузках и их сочетании, пользе накопительного эффекта физической активности в повседневной жизни для здоровья.

Планируется развитие общедоступных мест для физкультурно-спортивных занятий под открытым небом. Требуется изучение готовности и практики их использования жителями. Целесообразно организовать ознакомление

старшеклассников с использованием уличных тренажёров, информирование о воздействии на организм занятий на них, о правильном выборе нагрузки, безопасности занятий и о других вопросах.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Источник финансирования. Автор заявляет об отсутствии внешнего финансирования при проведении исследования.

Конфликт интересов. Автор декларирует отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

ADDITIONAL INFORMATION

Funding source. This study was not supported by any external sources of funding.

Competing interests. The author declares no competing interests.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. World health statistics 2023: monitoring health for the SDGs, Sustainable Development Goals [интернет]. World health organization, 2023. Режим доступа: https://www.who.int/publications/i/item/9789240074323 Дата обращения: 27.05.2024.

2. Краткая история борьбы с НИЗ. В: The Pulse [интернет]. Независимый аналитический портал The Pulse. Режим доступа: https://thepulse.kz/show?slug=kratkaya-istorya-borby-voz-sniz&category=economy Дата обращения: 27.05.2024.

3. Глобальная стратеги ВОЗ в области рациона питания, физической активности и здоровья [интернет]. Всемирная организация здравоохранения, 2004. Режим доступа: https://gnicpm.ru/wp-content/uploads/2020/01/global_strategy_voz_diet.pdf Дата обращения: 27.05.2024.

4. Физическая активность. В: Всемирная организация здравоохранения [интернет]. Всемирная организация здравоохранения, 2024. Режим доступа: https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity Дата обращения: 27.05.2024.

5. Global status report on physical activity 2022 [интернет]. World health organization, 2016. Режим доступа: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/365761/9789240064119-eng.pdf?sequence=1 Дата обращения: 27.05.2024.

6. Стратегия в области физической активности для Европейского региона ВОЗ, 2016–2025 гг. [интернет]. Копенгаген: Европейское региональное бюро ВОЗ, 2016. Режим доступа: https://who-sandbox.squiz.cloud/__data/assets/pdf_file/0003/312762/Physical-activity-strategy-2016-2025-ru.pdf Дата обращения: 27.05.2024.

7. Рамочная программа реализации этапа VII (2019–2024 гг.) Европейской сети ВОЗ «Здоровые города»: цели, требования к участникам и стратегии [интернет]. Копенгаген: Европейское региональное бюро ВОЗ, 2019. Режим доступа: https://whodc.mednet.ru/ru/osnovnye-publikaczii/zdorovye-goroda/3509.html Дата обращения: 27.05.2024.

8. Котова М.Б., Максимов С.А., Шальнова С.А., и др. Уровни и виды физической активности в России по данным исследования ЭССЕ-РФ: есть ли след пандемии COVID-19? // Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2023. Т. 22, № 8S. С. 3787. EDN: KQCHAM doi: 10.15829/1728-8800-2023-3787

9. Максимов С.А., Артамонова Г.В. Городское планирование, инфраструктура проживания и физическая активность: основные эффекты (сообщение 2). // Профилактическая медицина. 2020. Т. 23, № 2. С. 117–123. doi: 10.17116/profmed202023021117

10. Козырева П.М., Смирнов А.И., Соколова С.Б. Распространенность практик здорового образа жизни // Вестник Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ (RLMS-HSE). Т. 6. Москва: Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», 2016. С. 96–117. EDN: WEWWUJ

11. Гремченко Е.П., Рощина Е.М. [интернет]. Факторы склонности к здоровому образу жизни // Вестник Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ (RLMS-HSE). Т. 6. Москва: Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», 2016. С. 118–163. EDN: WEWWUJ

12. Новоселова Е.Н. Физическая культура и спорт как факторы здоровья и формирования здорового образа // Вестник Московского университета, серия 18. Социология и политология. 2021. Т. 27, № 1. С. 112–130. EDN: XRZEME doi: 10.24290/1029-3736-2021-27-1-112-131

13. Количественные параметры современной физкультурно-спортивной активности населения российской федерации: Аналитическая справка / под общ. ред. проф. В.И. Столярова [интернет]. Москва: Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта, 2023. 37 с. Режим доступа: https://vniifk.ru/sdc_download/8575/?key=0k0k8411y1tqgl204uuapp46ebf2wc Дата обращения: 27.05.2024.

14. Горшков М.К., Шереги Ф.Э. Молодежь России в зеркале социологии. К итогам многолетних исследований. Москва: ФНИСЦ РАН, 2020. 688 с. doi: 10.19181/monogr.978-5-89697-325-6.2020

15. Мониторинг удовлетворенности жителей города Москвы условиями для занятий физической культурой и спортом в столице [интернет]. Москва: Автономная некоммерческая организация «Новые социальные технологии», 2019. Режим доступа: https://www.mos.ru/upload/documents/files/7868/Sport2019.pdf Дата обращения: 27.05.2024.

16. Решетников А.В., Присяжная Н.В., Решетников В.А., Литвинова Т.М. Восприятие ценности здоровья и здорового образа жизни профессорско-преподавательским составом медицинских вузов. Социология медицины. 2017. Т. 16, № 2. С. 82–90. EDN: YQEZUG doi: 10.18821/1728-2810-2017-16-2-82-90

17. Минздрав рассказал, как правильно заниматься спортом. В: ТАСС [интернет]. Москва: Информационное телеграфное агентство России (ИТАР-ТАСС), 2020. Режим доступа: https://tass.ru/obschestvo/7788241 Дата обращения: 27.05.2024.

18. Россия спортивная: факты и тренды. В: ВЦИОМ Новости [интернет]. Москва: Всероссийский центр изучения общественного мнения, 2013. Режим доступа: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/rossiya-sportivnaya-fakty-i-trendy Дата обращения: 27.05.2024.

19. Спорт для всех. В: ВЦИОМ Новости [интернет]. Москва: Всероссийский центр изучения общественного мнения, 2023. Режим

доступа: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/sport-dlja-vsekh Дата обращения: 27.05.2024.
20. Спорт в жизни россиян. В: ФОМ [интернет]. Москва: Фонд «Общественное мнение». Режим доступа: https://bd.fom.ru/pdf/d25fis11.pdf Дата обращения: 27.05.2024.
21. Образ жизни и здоровье. В: ФОМ [интернет]. Москва: Фонд «Общественное мнение», 2017. Режим доступа: https://fom.ru/Zdorove-i-sport/13883 Дата обращения: 27.05.2024.
22. Выборочное наблюдение поведенческих факторов, влияющих на состояние здоровья населения 2013. В: Росстат [интернет]. Москва: Федеральная служба государственной статистики, 2013. Режим доступа: https://gks.ru/free_doc/new_site/ZDOR/Sdp2013.Bfs.Publisher/index.html Дата обращения: 27.05.2024.
23. Выборочное наблюдение поведенческих факторов, влияющих на состояние здоровья населения 2018. В: Росстат [интернет]. Москва: Федеральная служба государственной статистики, 2018. Режим доступа: https://www.gks.ru/free_doc/new_site/ZDOR/Factors2018_2812/index.html Дата обращения: 27.05.2024.
24. Забота о здоровье. В: Левада-Центр [интернет]. Москва: АНО «Левада-Центр», 2022. Режим доступа: https://www.levada.ru/2022/03/28/zabota-o-zdorove/ Дата обращения: 27.05.2024.
25. Основные направления, формы и методы повышения физкультурно-спортивной активности различных социально-демографических групп населения: Аналитические материалы / под общ. ред. проф. В.И. Столярова. Москва: Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта, 2023. 22 с. Режим доступа: https://vniifk.ru/sociological-survey-for-physical-education Дата обращения: 27.05.2024.
26. Итоги выборочного наблюдения состояния здоровья населения. В: Росстат [интернет]. Москва: Федеральная служба государственной статистики. Режим доступа: https://rosstat.gov.ru/itog_inspect Дата обращения: 27.05.2024.
27. Росстат. Здравоохранение в России. 2021: Статистический сборник. Москва, 2021. 171 с.
28. Росстат. Здравоохранение в России. 2023: Статистический сборник. Москва, 2023. 179 с.
29. Минспорт: к 2024 г. Россия должна быть обеспечена спортобъектами на 60%. В: Главпортал [интернет]. Москва: Издательство «Медиа-Бизнес. Режим доступа: https://glavportal.com/materials/minsport-k-2024-godu-rossiya-dolzhna-byt-obespechena-sportobektami-na-60 Дата обращения: 27.05.2024.
30. Развитие массового спорта: оценка россиян. В: ВЦИОМ [интернет]. Москва: Всероссийский центр изучения общественного мнения, 2018. Режим доступа: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/razvitie-massovogo-sporta-oczenka-rossiyan- Дата обращения: 27.05.2024.
31. Россия — спортивная страна. В: ВЦИОМ [интернет]. Москва: Всероссийский центр изучения общественного мнения, 2019. Режим доступа: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/rossiya-sportivnaya-strana- Дата обращения: 27.05.2024.
32. Факторы удовлетворенности населения созданными условиями для занятий физической культурой и спортом (по результатам социологических исследований 2023 г.). В: Федеральный научный центр физической культуры и спорта [интернет]. Аналитическая справка. Москва: Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта, 2023. Режим доступа: https://vniifk.ru/sociological-survey-for-physical-education/ Дата обращения: 27.05.2024.
33. Изотова Г.С. Счетная палата: физкультурно-оздоровительные услуги не доступны для большинства населения. В: Счетная палата [интернет]. Счетная палата Российской Федерации, 2021. Режим доступа: https://ach.gov.ru/checks/schetnaya-palata-fizkulturno-ozdorovitelnye-uslugi-ne-dostupny-dlya-bolshinstva-naseleniya Дата обращения: 26.05.2024.
34. Москва — здоровый город. В: ВЦИОМ [интернет]. Москва: Всероссийский центр изучения общественного мнения, 2018. Режим доступа: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/moskva-zdorovyj-gorod Дата обращения: 27.05.2024.
35. Спортивная Россия. В: ВЦИОМ [интернет]. Москва: Всероссийский центр изучения общественного мнения, 2021. Режим доступа: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/sportivnaja-rossija Дата обращения: 27.05.2024.
36. Вовлеченность населения в платные и бесплатные занятия физкультурой и спортом (по данным социологических исследований за 2023 год): Аналитические материалы / под общ. ред. проф. В.И. Столярова. Москва: Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта, 2024. 13 с. [интернет]. Режим доступа: https://vniifk.ru/sociological-survey-for-physical-education/ Дата обращения: 27.05.2024.
37. Министерство спорта Российской Федерации. Методические рекомендации субъектам Российской Федерации, направленные на повышение эффективности вовлечения населения в систематические занятия физической культурой и спортом. Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта, 2023. Режим доступа: https://yamal-sport.yanao.ru/documents/active/314393/ Дата обращения: 27.05.2024.

REFERENCES

1. *World health statistics 2023: monitoring health for the SDGs, Sustainable Development Goals* [Internet]. World health organization; 2023 [cited 2024 May 27]. Available from: https://www.who.int/publications/i/item/9789240074323
2. A brief history of the fight against NCDs. In: *The Pulse* [Internet]. Independent analytical portal The Pulse [cited 2024 May 27]. Available from: https://thepulse.kz/show?slug=kratkaya-istorya-borby-voz-sniz&category=economy
3. *WHO global strategy on diet, physical activity and health* [Internet]. World Health Organization; 2004 [cited 2024 May 27]. Available from: https://gnicpm.ru/wp-content/uploads/2020/01/global_strategy_voz_diet.pdf
4. *Physical activity. In: World Health Organization* [Internet]. World Health Organization; 2024 [cited 2024 May 27]. Available from: https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity
5. *Global status report on physical activity 2022* [Internet]. World health organization; 2016 [cited 2024 May 27]. Available from: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/365761/9789240064119-eng.pdf?sequence=1
6. WHO Regional Office for Europe. *Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025* [Internet]. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2016 [cited 2024 May 27]. Available from: https://who-sandbox.squiz.cloud/__data/assets/pdf_file/0003/312762/Physical-activity-strategy-2016-2025-ru.pdf

7. WHO Regional Office for Europe. *Framework for implementation of Phase VII (2019–2024) of the WHO European Healthy Cities Network: objectives, eligibility requirements and strategies* [Internet] [cited 2024 May 27]. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2019. Available from: https://whodc.mednet.ru/ru/osnovnye-publikaczii/zdorovye-goroda/3509.html

8. Kotova MB, Maksimov SA, Shalnova SA, et al. Levels and types of physical activity in Russia according to the ESSE-RF study: is there a trace of the COVID-19 pandemic? *Cardiovascular Therapy and Prevention.* 2023;22(8S):3787. EDN: KQCHAM doi: 10.15829/1728-8800-2023-3787

9. Maksimov SA, Artamonova GV. Urban planning, residential infrastructure and physical activity: main effects (message 2). *Preventive Medicine.* 2020;23(2):117–123. doi: 10.17116/profmed202023021117

10. Kozyreva PM, Smirnov AI, Sokolova SB. Prevalence of Healthy Lifestyle Practices. *Bulletin of the Russian Monitoring of the Economic Situation and Population Health of the Higher School of Economics (RLMS-HSE).* Vol. 6. Moscow: National Research University Higher School of Economics; 2016. P. 96–117. EDN: WEWWUJ

11. Gremchenko EP, Roshchina EM. Factors of Predisposition to a Healthy Lifestyle. *Bulletin of the Russian Monitoring of the Economic Situation and Population Health of the Higher School of Economics (RLMS-HSE).* Vol. 6. Moscow: National Research University Higher School of Economics; 2016. P. 118–163. EDN: WEWWUJ

12. Novoselova EN. Physical Culture and Sports as Factors of Health and Formation of a Healthy Lifestyle. *Bulletin of Moscow University, Series 18. Sociology and Political Science.* 2021;27(1):112–130. EDN: XRZEME doi: 10.24290/1029-3736-2021-27-1-112-131

13. *Quantitative Parameters of Modern Physical Culture and Sports Activity of the Population of the Russian Federation: Analytical Report.* Stolyarov VI, editor [Internet]. Moscow: All-Russian Research Institute of Physical Culture and Sports; 2023 [cited 2024 May 27]. 37 p. Available from: https://vniifk.ru/sdc_download/8575/?key=0k0k8411y1tqgl204uuapp46ebf2wc

14. Gorshkov MK, Sheregi FE. *Youth of Russia in the Mirror of Sociology. On the Results of Long-Term Research.* Moscow: FNISC RAS; 2020. 688 p. doi: 10.19181/monogr.978-5-89697-325-6.2020

15. New Social Technologies. *Monitoring the Satisfaction of Moscow Residents with the Conditions for Physical Education and Sports in the Capital* [Internet]. Moscow: Autonomous Non-Commercial Organization "New Social Technologies"; 2019 [cited 2024 May 27]. Available from: https://www.mos.ru/upload/documents/files/7868/Sport2019.pdf

16. Reshetnikov AV, Prisyazhnaya NV, Reshetnikov VA, Litvinova TM. Perception of the value of health and healthy lifestyle by the teaching staff of medical universities. *Sociology of Medicine.* 2017;16(2):82–90. EDN: YQEZUG doi: 10.18821/1728-2810-2017-16-2-82-90

17. The Ministry of Health told how to play sports correctly. In: *TASS* [Internet]. Moscow: Information Telegraph Agency of Russia (ITAR-TASS); 2020 [cited 2024 May 27]. Available from: https://tass.ru/obschestvo/7788241

18. Sports Russia: Facts and Trends. In: *VCIOM News* [Internet]. Moscow: VCIOM; 2013 [cited 2024 May 27]. Available from: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/rossiya-sportivnaya-fakty-i-trendy

19. Sport for everyone. In: *VCIOM News* [Internet]. Moscow: VCIOM; 2023 [cited 2024 May 27]. Available from: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/sport-dlja-vsekh

20. Sport in the life of Russians. In: *FOM* [Internet]. Moscow: Public Opinion Foundation; 2011 [cited 2024 May 27]. Available from: https://bd.fom.ru/pdf/d25fis11.pdf

21. Lifestyle and health. In: *FOM* [Internet]. Moscow: Public Opinion Foundation; 2017 [cited 2024 May 27]. Available from: https://fom.ru/Zdorove-i-sport/13883

22. Sample observation of behavioral factors influencing the health of the population 2013. In: *Rosstat* [Internet]. Moscow: Federal State Statistics Service; 2013 [cited 2024 May 27]. Available from: https://gks.ru/free_doc/new_site/ZDOR/Sdp2013.Bfs.Publisher/index.html

23. Sample observation of behavioral factors influencing the health of the population 2018 [cited 2024 May 27]. In: *Rosstat* [Internet]. Moscow: Federal State Statistics Service; 2018. Available from: https://www.gks.ru/free_doc/new_site/ZDOR/Factors2018_2812/index.html

24. Health care. In: *Levada Center* [Internet]. Moscow: ANO Levada Center; 2022 [cited 2024 May 27]. Available from: https://www.levada.ru/2022/03/28/zabota-o-zdorove/

25. Main directions, forms and methods of increasing physical education and sports activity of various socio-demographic groups of the population: Analytical materials. Stolyarov VI, editor. Moscow: All-Russian Research Institute of Physical Culture and Sports; 2023. 22 p. [cited 2024 May 27]. Available from: https://vniifk.ru/sociological-survey-for-physical-education

26. Results of selective monitoring of the health status of the population. In: *Rosstat* [Internet]. Moscow: Federal State Statistics Service [cited 2024 May 27]. Available from: https://rosstat.gov.ru/itog_inspect

27. Rosstat. *Healthcare in Russia.* 2021: Statistical Digest. Moscow; 2021. 171 p.

28. Rosstat. *Healthcare in Russia.* 2023: Statistical Digest. Moscow; 2023. 179 p.

29. Ministry of Sport: by 2024, Russia should be provided with 60% of sports facilities. In: *Glavportal* [Internet]. Moscow: Media-Business Publishing House [cited 2024 May 27]. Available from: https://glavportal.com/materials/minsport-k-2024-godu-rossiya-dolzhna-byt-obespechena-sportobektami-na-60

30. Development of mass sports: assessment of Russians. In: *VCIOM News* [Internet]. Moscow: VCIOM; 2018 [cited 2024 May 27]. Available from: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/razvitie-massovogo-sporta-oczenka-rossiyan-

31. Russia is a sports country. In: *VCIOM News* [Internet]. Moscow: VCIOM; 2019 [cited 2024 May 27]. Available from: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/rossiya-sportivnaya-strana-

32. Factors of population satisfaction with the created conditions for physical education and sports (based on the results of sociological research in 2023). In: *Federal Scientific Center for Physical Culture and Sports* [Internet]. Analytical report. Moscow: All-Russian Research Institute of Physical Culture and Sports; 2023 [cited 2024 May 27]. Available from: https://vniifk.ru/sociological-survey-for-physical-education/

33. Izotova GS. Accounts Chamber: Physical Culture and Health Services Are Not Available to Most of the Population. In: *Accounts Chamber* [Internet]. Accounts Chamber of the Russian Federation; 2021 [cited 2024 May 26]. Available from: https://ach.gov.ru/checks/schetnaya-palata-fizkulturno-ozdorovitelnye-uslugi-ne-dostupny-dlya-bolshinstva-naseleniya

34. Moscow is a Healthy City. In: *VCIOM News* [Internet]. Moscow: VCIOM; 2018 [cited 2024 May 27]. Available from: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/moskva-zdorovyj-gorod
35. Sports Russia. In: *VCIOM News* [Internet]. Moscow: VCIOM; 2021 [cited 2024 May 27]. Available from: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/sportivnaja-rossija
36. *Involvement of the population in paid and free physical education and sports (according to sociological research for 2023): Analytical materials.* Stolyarov VI, editor. Moscow: All-Russian Research Institute of Physical Education and Sports; 2024. 13 p. [Internet] [cited 2024 May 27]. Available from: https://vniifk.ru/sociological-survey-for-physical-education/
37. Ministry of Sports of the Russian Federation. *Methodological recommendations for the constituent entities of the Russian Federation aimed at increasing the effectiveness of involving the population in systematic physical education and sports.* All-Russian Research Institute of Physical Culture and Sports; 2024 [cited 2024 May 27]. Available from: https://yamal-sport.yanao.ru/documents/active/314393/

ОБ АВТОРЕ

Иванова Лариса Юрьевна, канд. пед. наук.;
адрес: Россия, 117218, Москва, ул. Кржижановского, д. 24/35, корп. 5;
ORCID: 0000-0002-9961-455X;
eLibrary SPIN: 3278-8070;
e-mail: lariv2005@yandex.ru

AUTHOR'S INFO

Larisa Yu. Ivanova, Cand. Sci. (Pedagogy);
address: 24/35, bldg. 5 Krzhizhanovskogo street, 117218 Moscow, Russia;
ORCID: 0000-0002-9961-455X;
eLibrary SPIN: 3278-8070;
e-mail: lariv2005@yandex.ru