

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ НАУЧНЫЙ ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



ФНЦ ВНИИФК

**ОЦЕНКА РЕСПОНДЕНТАМИ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ  
ФИЗКУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА НЕКОТОРЫЕ  
ПАРАМЕТРЫ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ**  
(по данным социологических исследований)  
Аналитические материалы

Москва 2023

## **Авторский коллектив:**

Абалян А.Г. — доктор педагогических наук  
Окуньков Ю.В. — кандидат педагогических наук  
Столяров В.И. — доктор философских наук  
Фомиченко Т.Г. — доктор педагогических наук  
Царьков П.Е. — кандидат социологических наук  
Под общей редакцией В.И. Столярова

Оценка респондентами влияния занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни: Аналитические материалы/ под общ. ред. проф. В.И. Столярова; ФГБУ ФНЦ ВНИИФК. — М., 2023. — 18 с.

Аналитические материалы подготовлены по результатам исследований 2019 — 2023 годов, проведенных в рамках реализации Федерального проекта «Спорт — норма жизни».

В аналитических материалах в динамике за пять (с 2019 по 2023) рассматривается оценка респондентами влияния занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни, в частности на здоровье и здоровый образ жизни.

Материалы могут быть использованы в практической деятельности федеральных, региональных и муниципальных органов власти для оценки уровня развития физической культуры и спорта, разработки программ его повышения, а также в работе специалистов различного профиля, спортивных организаций.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
1. Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни детей в возрасте 6-12 лет (по результатам опросов родителей в 2019-2023 гг.).....	6
2. Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни детей и молодежи в возрасте от 13 до 29 лет (по результатам опросов в 2019-2023 гг.).....	9
3. Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни россиян в возрасте от 30 до 59 (по результатам опросов в 2019- 2023 гг.).....	12
4. Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни россиян в возрасте от 60 лет и старше (по результатам опросов в 2019-2023 гг.).....	14
5. Краткие научные выводы .....	16
Литература .....	18

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время с учетом национальных целей развития нашей страны все более важное значение имеют не только (и даже не столько) количественные параметры физкультурно-спортивной активности населения, но также (причем, в первую очередь) ее качественные параметры – социально ожидаемые результаты данной активности: решение комплекса важных социокультурных задач, ориентированных на повышение уровня качества жизни россиян [9].

На приоритет в оценке различных форм жизнедеятельности россиян такой ценности, как качество жизни, неоднократно обращал внимание Президент России В.В. Путин. В Посланиях Федеральному собранию он неоднократно заявлял о необходимости повышения уровня жизни, обеспечении достойной, продолжительной жизни россиян и повышении ее качества как о цели социально-экономического развития страны и реализации Национальных проектов [4]. Целевые ориентиры по повышению качества жизни россиян были сформулированы в Указе Президента Российской Федерации № 204 от 7 мая 2018 года «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» [10]. 13 июля 2020 года на заседании Совета по стратегическому развитию и национальным проектам Президент России заявил: «мы обсудим ключевые направления развития страны, наших дальнейших действий, а их главная, объединяющая задача — это повышение качества жизни граждан. Ещё раз хочу подчеркнуть: в центре всех наших решений, планов, программ должен находиться человек» [1]. Председатель Правительства Российской Федерации во время выступления с отчетом о работе Правительства России в Государственной Думе назвал главной целью Кабинета министров повышение качества жизни каждого человека в стране [5].

Понятие «качество жизни» включает в себя комплекс тесно связанных между собой объективных показателей жизни человека (уровень здоровья, дохода, безработицы, преступности, образования, состояния окружающей среды, условий для отдыха, общения, занятий искусством, физкультурой, спортом и т.п.) и тех субъективных оценок всех этих показателей жизнедеятельности, которые дают сами люди. Все эти показатели качества жизни человека характеризуют, следовательно, объективный уровень условий его жизни, духовного, психического и физического развития его личности, а вместе степень удовлетворенности человека своей жизнью, удовлетворения его материальных и духовных потребностей. При этом особенно важное значение имеют субъективные оценки людьми собственной жизни и ее отдельных составляющих.

Необходимость такого подхода к оценке физкультурно-спортивной активности населения, когда и в этой сфере жизнедеятельности приоритетное значение придается не количественным, а качественным показателям (социально ожидаемым результатам физкультурно-спортивной активности – решению комплекса задач повышения качества жизни населения) - очевидна. В октябре 2019 года на заседании Совета при Президенте по развитию физической культуры и спорта, касаясь плана существенного увеличения доли граждан, систематически занимающихся физкультурой и спортом, Президент России подчеркнул, что «за этими планами стоят не столько количественные, сколько качественные показатели. И измеряются они самым главным: здоровьем, активным долголетием наших людей» [5].

С учетом изложенного выше данная аналитическая записка посвящена оценке респондентами влияния занятий физкультурой и спортом на их качество жизни. При этом учитывалось, что анкеты, которые использовались при проведении социологических опросов в 2020-2023 гг., предусматривали выяснение мнения респондентов лишь по некоторым аспектам данной проблемы.

По этим вопросам выяснялось мнение респондентов, подразделяемых на следующие группы:

- родители детей от 6 до 12 лет, подростки и молодежь от 13 до 29;
- население среднего возраста от 30 до 59 лет;
- население старшего возраста от 60 лет и старше.

В анализе используются данные, полученные на основе масштабного (более 10000 респондентов ежегодно) социологических исследований, проведенных в 2020-2023 гг. [1-3]. Социологические опросы проводились в 85 субъектах Российской Федерации.

В анализе влияния занятий респондентами физкультурой и спортом на качество жизни учитывалась их физкультурно-спортивная активность и удовлетворенность условиями для этих занятий.

В таблице 1 приведено распределение доли занимающихся физкультурой и спортом по федеральным округам Российской Федерации в динамике за четыре года (2020 – 2023).

Таблица 1 – Доля занимающихся физкультурой и спортом учитывая все формы занятий по федеральным округам Российской Федерации, %

Федеральный округ	Доля занимающихся физической культурой и спортом															
	Дети и молодежь в возрасте 6-29 лет				Население в возрасте 30-59 лет				Население в возрасте 60 лет и старше				В целом по опросу (население в возрасте 6 лет и старше)			
	2020	2021	2022	2023	2020	2021	2022	2023	2020	2021	2022	2023	2020	2021	2022	2023
Центральный	75,0	83,1	82,4	77,7	54,4	60,6	57,1	60,4	36,2	51,6	47,6	41,6	62,6	66,8	64,8	59,7
Северо-Западный	78,5	82,2	83,8	81,4	54,6	45,9	73,0	55,8	45,1	45,2	67,0	53,5	64,7	59,7	75,5	64,8
Южный	77,1	84,4	86,1	77,6	53,7	59,1	63,2	58,9	33,2	60,7	60,3	32,3	57,2	70,2	71,7	55,7
Северо-Кавказский	79,7	81,7	68,5	69,8	45,7	57,1	48,2	53,7	79,3	30,5	41,4	35,3	74,8	58,5	53,3	56,9
Приволжский	82,8	85,1	84,4	76,0	59,1	67,7	62,2	65,9	32,0	60,3	58,2	33,2	58,1	73,5	70,7	60,0
Уральский	80,6	85,7	86,1	80,6	58,7	76,4	65,2	61,4	28,5	42,1	49,2	54,3	63,9	68,1	69,5	65,7
Сибирский	76,1	85,9	80,0	79,3	55,9	62,2	50,4	62,2	29,4	59,9	53,4	53,6	56,2	71,8	62,7	66,7
Дальневосточный	66,3	85,6	87,2	80,9	52,1	49,5	66,7	47,9	35,9	49,8	18,9	49,1	51,5	62,0	61,0	67,5
Всего по РФ	77,1	84,1	82,8	77,9	55,0	60,8	60,0	59,4	38,1	50,5	51,2	42,1	61,3	67,2	66,7	61,4

По данным 2023 года наблюдается спад доли занимающихся физической культурой и спортом (- 5пп.). Наибольшая доля занимающихся отмечается в Дальневосточном регионе (67,5%). На втором месте – Сибирский регион (66,7%) и на третьем – Уральский регион – 65,7%. Заметный спад в доле занимающихся установлен в Южном и Северо-Западном регионах.

Наиболее активной в отношении к занятиям физической культурой и спортом остается когорта молодежи в возрасте от 6 до 29 лет. Независимо от региона, показатели варьируются от 69,8% до 81,4%. При этом при достижении трудового возраста (после окончания учебного учреждения среднего или высшего образования) несколько меняется доля занимающихся (в сторону сокращения).

В 2023 году снижается доля занимающихся физической культурой и спортом среди старших когорт 60+ (уменьшение на 9 пп.) и наиболее среди молодых групп (-4 пп.).

В таблице 2 приводится информация о динамике изменения числа занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий по федеральным округам России (по оценкам опрошенных).

Таблица 2 – Динамика изменения числа занимающихся физической культурой и спортом учитывая все формы занятий по федеральным округам Российской Федерации (за 2020 – 2023 годы), Δ%

Федеральный округ	Динамика изменения доли занимающихся физической культурой и спортом											
	Дети и молодежь в возрасте 6-29 лет			Население в возрасте 30-59 лет			Население в возрасте 60 лет и старше			В целом по опросу (население в возрасте 6 лет и старше)		
	2023/2022	2022/2021	2022/2020	2023/2022	2022/2021	2022/2020	2023/2022	2022/2021	2022/2020	2023/2022	2022/2021	2022/2020
Центральный	-4,7	-0,7	7,4	3,3	-3,5	2,7	-6	-4,0	11,4	-5,1	-2,0	2,2
Северо-Западный	-2,4	1,6	5,3	-17,2	27,1	18,4	-13,5	21,8	21,9	-10,7	15,8	10,8
Южный	-8,5	1,7	9,0	-4,3	4,1	9,5	-28	-0,4	27,1	-16	1,5	14,5
Северо-Кавказский	1,3	-13,2	-11,2	5,5	-8,9	2,5	-6,1	10,9	-37,9	3,6	-5,2	-21,5
Приволжский	-8,4	-0,7	1,6	3,7	-5,5	3,1	-25	-2,1	26,2	-10,7	-2,8	12,6
Уральский	-5,5	0,4	5,5	-3,8	-11,2	6,5	5,1	7,1	20,7	-3,8	1,4	5,6
Сибирский	-0,7	-5,9	3,9	11,8	-11,8	-5,5	0,2	-6,5	24,0	4	-9,1	6,5
Дальневосточный	-6,3	1,6	20,9	-18,8	17,2	14,6	30,2	-30,9	-17,0	6,5	-1,0	9,5
Всего по РФ	-4,9	-1,3	5,7	-0,6	-0,8	5,0	-9,1	0,7	13,1	-5,3	-0,5	5,4

В целом по опросу (население в возрасте 6 лет и старше), несмотря на положительную динамику последних трех лет, в 2023 году отмечается нисходящий тренд. В частности, наибольший спад фиксируется в Южном (-16пп.), Северо-Западном (-11 пп.) и Приволжском (-11пп.) федеральных округах. Их показатели вернулись к допандемийному 2020 году. Напротив, положительная динамика сохраняется в Дальневосточном, Сибирском и Северо-Кавказском регионах.

## 1. Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни детей в возрасте 3-5 лет и 6-12 лет (по результатам опросов родителей в 2019-2023 гг.)

В таблице 3 приводится информация о распределении ответов респондентов за пять лет на вопрос: «Занимается ли Ваш ребенок физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий (самостоятельные, организованные, платные и другие, в том числе обязательные занятия физической культурой и спортом в образовательном учреждении)?»

Таблица 3 – Распределение ответов респондентов на вопрос: «Занимается ли Ваш ребенок физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий (самостоятельные, организованные, платные и другие, в том числе обязательные занятия физической культурой и спортом в образовательном учреждении)?» (в % от всех опрошенных, один ответ)

Варианты ответа	Родители детей от 6 до 12 лет				
	2019	2020	2021	2022	2023
Да	93	85,5	92,1	89,4	90,6
Нет	7	14,5	7,9	10,6	9,4

Из таблицы видно, что в течение 5 лет изменения имеют циклический характер, увеличение занимающихся среди детей в возрасте от 6 до 12 лет приходится на 2019 год (93%) и 2021 год – 92,1%. В 2023 году количество детей 6-12 летнего возраста, занимающихся двигательной активностью, составляет 90,6%. Дети 3-5 лет, по сведениям родителей, занимаются физической культурой и спортом в 74,8% от числа опрошенных.

Динамика изменения распределения ответов респондентов на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют или не удовлетворяют Вашим потребностям?» приведена в таблице 4.

Таблица 4 – Динамика изменения распределения ответов респондентов на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют или не удовлетворяют Вашим потребностям?», Δ%

Варианты ответа	Родители детей от 6 до 12 лет				
	2020/2019	2021/2020	2022/2021	2022/2019	2023/2022
Скорее удовлетворяют	21,2	-14,4	8,2	15	-7,7
Скорее не удовлетворяют	-37,1	21,8	-7,8	-23,1	-14,3
Затрудняюсь ответить	16,0	-7,5	-0,4	8,1	6,6

В контексте удовлетворенности существующими по месту жительства условиями для занятия физкультурой и спортом наблюдается положительная динамика среди рассматриваемой возрастной когорты. В частности – за период 2019 – 2022 гг. на 15% увеличилась доля удовлетворенных условиями по месту жительства. Также заметно снизилась доля неудовлетворенных условиями для занятий (-23,1%). Наибольший рост удовлетворенности респондентов приходится на периоды 2019- 2020 и 2021 – 2022 годы. В 2023 году этот показатель снизился на 7,7 пп.

Данные о динамике изменения распределения ответов респондентов на вопрос: «Оцените степень удовлетворенности условиями для занятий ребенка физкультурой и спортом по месту Вашего жительства по следующим параметрам?» приведены в таблице 5.

Таблица 5 – Динамика изменения распределения ответов респондентов на вопрос: «Оцените степень удовлетворенности условиями для занятий ребенка физкультурой и спортом по месту Вашего жительства по следующим параметрам?», Δ%

Вариант ответа		Родители детей от 6 до 12 лет		
		2021/2020	2022/2021	2022/2020
Возможность выбора занятий в соответствии со своими интересами	удовлетворен	11,8	-1,1	10,7
	скорее удовлетворен	-35,4	-4,8	-40,2
	скорее не удовлетворен	8,3	0,1	8,4
	не удовлетворен	9,3	-0,3	9
	затрудняюсь ответить	6,2	6,1	12,3
Оформление, санитарно-гигиеническое состояние мест занятий	удовлетворен	11,6	-2,1	9,5
	скорее удовлетворен	-22,8	-5,7	-28,5
	скорее не удовлетворен	-5,2	1,7	-3,5
	не удовлетворен	4,4	1,5	5,9
	затрудняюсь ответить	12,1	4,6	16,7
Материально-техническая оснащенность мест занятий (наличие и состояние спортивного оборудования и инвентаря)	удовлетворен	14,3	-4,2	10,1
	скорее удовлетворен	-33,9	3	-30,9
	скорее не удовлетворен	2,5	-2,5	0
	не удовлетворен	6,8	-0,6	6,2
	затрудняюсь ответить	10,3	4,3	14,6
Удобное расписание предоставления услуг	удовлетворен	16,2	-4,5	11,7
	скорее удовлетворен	-32,2	0,8	-31,4
	скорее не удовлетворен	-1	0,8	-0,2
	не удовлетворен	4,2	0,4	4,6
	затрудняюсь ответить	12,7	2,5	15,2
Удобное расположение и транспортная доступность спортивных сооружений	удовлетворен	11,8	-1,4	10,4
	скорее удовлетворен	-32,2	-0,4	-32,6
	скорее не удовлетворен	6,1	-1,4	4,7
	не удовлетворен	7,7	0,4	8,1
	затрудняюсь ответить	6,6	2,9	9,5
Количество физкультурно-оздоровительных и спортивных объектов в районе проживания	удовлетворен	14,5	-3,9	10,6
	скорее удовлетворен	-37,6	1,5	-36,1
	скорее не удовлетворен	4,9	0,3	5,2
	не удовлетворен	12	-2	10
	затрудняюсь ответить	6,3	4,1	10,4
Профессионализм и отношение тренерского состава	удовлетворен	22,4	-6,6	15,8
	скорее удовлетворен	-26,8	-2	-28,8
	скорее не удовлетворен	-11,7	0,8	-10,9
	не удовлетворен	3,9	0,1	4
	затрудняюсь ответить	12,2	7,7	19,9
Стоимость занятий	удовлетворен	8,5	1,4	9,9
	скорее удовлетворен	-35,8	-3,1	-38,9
	скорее не удовлетворен	2,3	-4,1	-1,8
	не удовлетворен	9,3	0,1	9,4
	затрудняюсь ответить	15,9	5,6	21,5
Доступность информации о проводимых физкультурно-спортивных мероприятиях	удовлетворен	20,3	-7,1	13,2
	скорее удовлетворен	-31,3	2,3	-29
	скорее не удовлетворен	-3,4	-2	-5,4
	не удовлетворен	6,2	1,7	7,9
	затрудняюсь ответить	8,2	5,1	13,3
Безопасность посещения спортивных объектов	удовлетворен	14,6	-1,9	12,7
	скорее удовлетворен	-21,6	-4,7	-26,3
	скорее не удовлетворен	-8,2	1,9	-6,3
	не удовлетворен	4,6	0,7	5,3
	затрудняюсь ответить	10,6	3,9	14,5

По всем параметрам, приведенным в таблице, за период 2020 – 2022 годов доля твердо уверенных в своей оценке исследуемых параметров, выросла по каждому показателю. В частности, за три года значительно возросла удовлетворенность профессионализмом и отношением тренерского состава (на 15,8%) и доступностью информации о проводимых физкультурно-спортивных мероприятиях (на 13,2%).

При этом наблюдается спад оценок респондентов, высказавшихся в период 2020 – 2021 годов, что они «скорее удовлетворены» рассматриваемыми параметрами. В 2023 году наблюдается негативная тенденция по удовлетворенности количеством спортивных объектов (-10 пп.), материально-техническим оснащением (-9 пп.) и профессионализмом тренеров (-8 пп.).

Заметен тренд спада удовлетворенности. В частности, доля отметивших, что они «скорее удовлетворены» условиями для занятий ребенка физкультурой и спортом по месту жительства за период 2020 – 2022 годов уменьшилась по следующим параметрам: возможность выбора занятий в соответствии со своими интересами, оформление (-40,2%), санитарно-гигиеническое состояние мест занятий(-28,5%), материально-техническая оснащенность мест занятий (30,9%), удобное расписание предоставления услуг (-31,4), удобное расположение и транспортная доступность спортивных сооружений (-32,6), количество физкультурно-оздоровительных и спортивных объектов в районе проживания (-36,1), профессионализм и отношение тренерского состава (-28,8), стоимость занятий (-38,9), доступность информации о проводимых физкультурно-спортивных мероприятиях (-29%), безопасность посещения спортивных объектов (-26,3%). Однако следует выделить ряд параметров, по которым значительно выросли оценки удовлетворенности (более чем на 12%).

В таблице 6 приводится информация о распределении ответов родителей детей в возрасте от 6 до 12 лет (за 5 лет, 2019 - 2023) на вопрос: «Как Вы оцениваете здоровье своего ребенка?»

**Таблица 6 – Распределение ответов респондентов на вопрос: «Как Вы оцениваете здоровье своего ребенка?» (в % от всех опрошенных, один ответ)**

Варианты ответа	Родители детей от 6 до 12 лет				
	2019	2020	2021	2022	2023
Совершенно здоров	46	46,9	54,3	48,2	53,9
Здоровье удовлетворительное	47	39,9	38,6	43,1	41,2
Неважное здоровье	4	4,1	3,1	3,7	3,4
У ребенка есть группа инвалидности	2	1,9	2,2	2,9	1,2
Затрудняюсь ответить	1	6,9	1,8	2,1	0,3

Заметно, что наибольшее количество положительных ответов приходится на показатели «совершенно здоров» и «здоровье удовлетворительное». По показателю «неважное здоровье» количество ответов не превышает 4,1%.

Среди родителей, ответивших, что их дети совершенно здоровы, наибольшее количество ответов приходится на 2021 год (54,3%). По показателю «у ребенка есть группа инвалидности» динамика за четыре года не превысила 2,9%.

Необходимо отметить, что в 2023 году родители детей 3-5 лет в 62,7% случаев отметили хорошее состояние здоровья детей, у 6-12 летних – 53,9%.

В таблице 7 представлено распределение ответов респондентов (за 2019 – 2022 годы) на вопрос: «Можете ли Вы сказать, что Ваша семья ведет здоровый образ жизни, или не можете?»

За три года (период с 2019 по 2021 гг.) наблюдалась негативная динамика. Количество ответивших, что их семьи ведут скорее здоровый образ жизни, сократилось за период 2019 – 2020 на 1,9%, за период 2020 – 2021 годов на 1,9%, в целом за период с 2019 – по 2022 год сокращение составило - 11%. Однако в период 2021- 2022 гг. наблюдалась положительная динамика и количество семей, ведущих здоровый образ жизни, согласно оценкам респондентов, увеличилось на 1,2%.

**Таблица 7 – Распределение ответов респондентов на вопрос: «Можете ли Вы сказать, что Ваша семья ведет здоровый образ жизни, или не можете?» (в % от всех опрошенных, один ответ), %**

Варианты ответа	Родители детей от 6 до 12 лет			
	2019	2020	2021	2022
Скорее да	78	76,1	65,8	67,0
Скорее нет	20	23,9	22,5	16,1
Затрудняюсь ответить	2	0	11,7	16,9



Ниже представлена сводная таблица 8, в которой отражено влияние занятий физкультурой и спортом в динамике за период с 2019 по 2023 годы на некоторые параметры качества жизни (по оценкам родителей детей в возрасте) от 6 до 12 лет.

**Таблица 8 – Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни, %**

Варианты ответа	Родители детей от 6 до 12 лет				
	2019	2020	2021	2022	2023
Да, ребенок занимается физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий	93	85,5	92,1	89,4	90,6
Оценивают здоровье своего ребенка как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное	93	86,8	92,9	91,3	95,1
Семья ведет здоровый образ жизни (скорее, да)	78	76,1	65,8	67,0	---

Заметно, что показатели оценки здоровья (совершенно здоровые и дети с удовлетворительным здоровьем) и показатели, отражающие количество занимающихся физкультурой и спортом, учитывая все формы занятий, почти полностью идентичны и связаны между собой. Так, в 2019 году 93% респондентов отметили, что их дети занимаются физкультурой и спортом, учитывая все формы занятий, ровно столько же респондентов (93%) охарактеризовали здоровье своих детей как превосходное, либо удовлетворительное.

В 2020 году 85,5% родителей отметили, что их дети занимаются физкультурой и спортом, 86,8% респондентов подчеркнули, что здоровье их детей превосходное, либо удовлетворительное. В 2021 году эти же показатели соотносятся как 92,1% к 92,9%, а в 2022 году – 89,4% к 91,3%. Показатель «семья ведет скорее здоровый образ жизни» не является идентичным двум другим показателям, соответственно в меньшей степени зависит от них. В 2023 году оценки здоровья детей достигли максимума за 5 лет измерений и доля занимающихся физической культурой и спортом продолжает оставаться на высоком уровне, достигающим 90,6%.

Таким образом, можно сделать предположение о позитивном влиянии участия детей в занятиях физкультурой и спортом на их здоровье и ведение здорового образа жизни.

Вместе с тем следует отметить, что опрос не позволяет в полной мере выяснить, какое влияние на здоровье и здоровый образ жизни детей оказали их занятия физкультурой и спортом прежде всего потому, что указанные изменения в показателях жизнедеятельности детей являются результатом влияния многих факторов, а не только физкультурно-спортивной деятельности.

## **2. Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни детей и молодежи в возрасте от 13 до 29 лет (по результатам опросов в 2019-2023 гг.)**

В таблице 9 приводятся данные о распределении ответов респондентов в возрасте от 13 до 29 лет на вопрос: «Занимаетесь ли Вы физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий (самостоятельные, организованные, платные и другие, в том числе обязательные занятия физической культурой и спортом в образовательном учреждении)?»

**Таблица 9 – Распределение ответов респондентов в возрасте от 13 до 29 лет на вопрос: «Занимаетесь ли Вы физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий (самостоятельные, организованные, платные и другие, в том числе обязательные занятия физической культурой и спортом в образовательном учреждении)?» (в % от всех опрошенных, один ответ)**

Вариант ответа	Дети и молодежь в возрасте от 13 до 17 лет					Молодежь в возрасте от 18 до 24 лет					Молодежь в возрасте от 25 до 29 лет					Всего по опросу группы 13-29 лет				
	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
	Да	93	88,7	86,9	84	87,6	72	78,4	83,4	85,4	69	63	61,8	68,8	67,4	57,3	74	76,6	81,5	80,6
Нет	6	11,3	13,1	11,7	12,4	28	21,6	16,6	14,6	31	36	38,2	31,2	32,6	42,7	25	23,4	18,5	18,2	28,5

Установлено, что положительная динамика среди всех возрастных подгрупп респондентов (в целом по опросу) наблюдалась в период с 2019 – по 2021 год. За период 2019 – 2020 годов положительная динамика составила 2,6%, за период 2020 – 2021 она составила 4,9%. Всего за период 2019 – 2022 годов количество занимающихся среди молодежи выросло на 6,6%. В 2023 году этот показатель на 9 пп. снизился по сравнению с прошлым годом и на 2 пп. стал меньше, чем 5 лет назад. Спад наблюдается среди населения от 18 до 29 лет, тогда как доля занимающихся подростками увеличилась на 3,6%. Вероятно, обязательная образовательная программа физической культуры позволяет сохранять высокие показатели для аудитории 13-17 лет.

Ниже, в таблице 10 отражено распределение ответов респондентов (за четыре года) от 13 до 29 лет на вопрос: «Как бы Вы оценили общее состояние Вашего здоровья?»

**Таблица 10 – Распределение ответов респондентов от 13 до 29 лет на вопрос: «Как бы Вы оценили общее состояние Вашего здоровья?» (в % от всех опрошенных, один ответ)**

Варианты ответа	Дети и молодежь в возрасте от 13 до 17 лет					Молодежь в возрасте от 18 до 24 лет					Молодежь в возрасте от 25 до 29 лет					Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
Очень хорошее	21	24,6	32,1	25,0	26,6	15	15,2	18,6	19,5	22,0	9	16,9	18,6	15,8	18,9	14	16,9	21,4	20,2	22,6
Хорошее	48	42,6	34,2	43,5	41,7	48	40,2	40,9	45,3	44,9	50	44,4	50,1	56,8	45,2	49	41,4	41,2	47,6	43,9
Удовлетворительное	28	21,6	24,7	22,0	25,6	32	32,5	31,0	28,4	28,9	35	26,6	24,9	23,4	31,0	32	29,8	28,6	25,3	22,8
Слабое	3	4,5	4,2	4,8	5,5	4	6,4	6,2	4,6	4,0	5	5,2	5,2	3,2	3,9	4	5,9	5,6	4,3	4,5
Очень слабое		1,7	2,2	1,2	0,7	1	1,9	1,7	1,0	0,2	1	1,6	0,8	0,7	1,0	1	1,8	1,7	1,0	0,6
Затрудняюсь ответить		3	2,7	3,5			1,7	1,6	1,2			2,2	0,6	0,1			2	1,7	1,6	

Необходимо отметить, что положительная динамика среди всех возрастных подгрупп респондентов по показателю «очень хорошее здоровье» (в целом по опросу) наблюдалась в период с 2019 – по 2021 годы, а по показателю «хорошее здоровье» - с 2021 по 2022 годы. По показателю «очень хорошее здоровье» в 2019 – 2020 годах положительная динамика составила 2,9%, в период 2020 – 2021 годов – 4,5%, в целом за 2019 – 2022 годы – количество положительно ответивших респондентов выросло на 6,2%. Среди характеризующих свое здоровье как хорошее, рост оценок в период 2021 – 2022 годов составил 6,4%. В 2023 году этот показатель «очень хорошего здоровья» достиг максимума за 5-летний период и составил 22,6%.

Распределение ответов респондентов на вопрос: «Можете ли Вы сказать о себе, что стараетесь вести здоровый образ жизни, или нет» за пять лет отражено в таблице 11.

**Таблица 11 – Распределение ответов респондентов на вопрос: «Можете ли Вы сказать о себе, что стараетесь вести здоровый образ жизни, или нет» (в % от всех опрошенных, один ответ)**

Варианты ответа	Дети и молодежь в возрасте от 13 до 17 лет					Молодежь в возрасте от 18 до 24 лет					Молодежь в возрасте от 25 до 29 лет					Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
Скорее да	79	70,5	68,8	70,3	71,2	67	61,4	64	67,9	64,1	72	63,6	68,1	76,6	59,7	72	63,2	65,7	70,8	65,1
Скорее нет	19	22,1	17,8	19,1	28,2	32	30,9	26,8	23,6	34,7	28	28,8	26,2	18,3	39,9	27	29,2	24,8	21	34,1
Затрудняюсь ответить	2	7,4	13,4	10,6	0,6	1	7,7	9,2	8,5	1,2		7,6	5,7	5,1	0,3	1	7,7	9,5	8,2	0,8

Из данных, приведенных в таблице следует, что за три года (период с 2020 по 2022) наблюдалась положительная динамика и количество ответивших, что они ведут скорее здоровый образ жизни, увеличилось за период 2020 – 2021 годов на 2,5%, а за период 2021 – 2022 годов – на 5,1%. В 2023 году динамика стала негативной – доля населения в возрасте 13-29 лет, считающих, что они ведут здоровый образ жизни, уменьшилась на 5,7 пп.

Динамика изменения распределения ответов респондентов от 13 до 29 лет за пять лет на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют ли Вашим потребностям?» приведена в таблице 12.

Таблица 12 – Динамика изменения распределения ответов респондентов от 13 до 29 лет на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют ли Вашим потребностям?», Δ%

Вариант ответа	Дети и молодежь от 13 до 17 лет					Молодежь в возрасте от 18 до 24 лет					Молодежь в возрасте от 25 до 29 лет				
	2020/ 2019	2021/ 2020	2022/ 2021	2022/ 2019	2023/ 2022	2020/ 2019	2021/ 2020	2022/ 2021	2022/ 2019	2023/ 2022	2020/ 2019	2021/ 2020	2022/ 2021	2022/ 2019	2023/ 2022
Скорее удовлетворяют	-12,4	-7,5	2,2	-17,7	-15,8	-12,8	-16,9	20,6	-9,1	-1,6	0,1	-8,1	14,5	6,5	5,3
Скорее не удовлетворяют	-6,1	16,6	-0,6	9,9	-11,4	-8,1	31,3	-15,4	7,8	-16,8	-21,8	23,3	-10,2	-8,7	-18,2
Затрудняюсь ответить	18,5	-9,1	-1,6	7,8	6,7	20,9	-14,4	-5,2	1,3	-1,6	21,7	-15,2	-4,3	2,2	-2,7

Как видно из таблицы, положительная динамика за период 2019-2023 гг. характерна для представителей молодежи в возрасте от 25 до 29 лет. Процент «скорее удовлетворенных» существующими по месту жительства условиями для занятий физкультурой и спортом в соответствии с личными потребностями вырос на 5,3пп.

Вместе с тем обратная динамика характерна для молодежи в возрасте от 13 до 17 лет и в возрасте от 18 до 24 лет. Среди первых процент удовлетворенных уменьшился (и составил -15,8пп.), среди вторых: - 1,6 пп.

Ниже приведена таблица 13, отражающая сводные данные о влиянии занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни (молодежи от 13 до 29 лет) в динамике за 2019 – 2023 годы.

Таблица 13 – Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни (молодежь от 13 до 29 лет), %

Варианты ответа	Молодежь от 13 до 29 лет, % (всего по опросу)				
	2019	2020	2021	2022	2023
Да, занимаюсь физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий	74	76,6	81,5	80,6	71,5
Оценивают здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное	63	58,3	62,6	67,8	66,5
Ведут здоровый образ жизни (скорее, да)	72	63,2	65,7	70,8	65,1

В 2019 году доля тех, кто оценивает своё здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное по сравнению с теми, кто занимается физической культурой и спортом (учитывая все формы занятий) меньше на 11%, в 2020 году это соотношение составило 11,7%, в 2022 году это же соотношение составило 12,8% и только в 2021 году – 18,9%. Заметно, что показатели оценки здоровья (совершенно здоровые, лица с удовлетворительным здоровьем) и показатели, отражающие занимающихся физической культурой и спортом (учитывая все формы занятий), не являются пропорциональными, особенно данные 2021 года. В 2023 году доля тех, кто занимается физической культурой и спортом, снижается на 9,1 пп. аналогично с теми, кто считает свой образ жизни здоровым, доля которых сократилась на 5,7 пп.

Оценки по показателям «Оценивают здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное» и «ведут здоровый образ жизни (скорее, да)» близки по значению: в 2021 расхождение составило 3,1%, а в 2022 году расхождение составило 3%, в 2023 году они практически сравнялись. Все же, зависимость между данными показателями с большой вероятностью носит случайный характер, так как значительно отличается за периоды 2019 и 2020 годов.

Таким образом, можно сделать предположение об отсутствии выраженной взаимной зависимости показателей молодежи от 13 до 29 лет «занимаются физической культурой и спортом (учитывая все формы занятий)» и «оценивают здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное», а также такого параметра качества жизни респондентов, как ведение здорового образа жизни.

### 3. Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни россиян в возрасте от 30 до 59 (по результатам опросов в 2019-2023 гг.)

В таблице 14 приводятся сведения о распределении ответов за пять лет респондентов в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Занимаетесь ли Вы или не занимаетесь физической культурой и спортом?».

Можно отметить, что положительная динамика среди всех возрастных подгрупп респондентов (в целом по опросу) наблюдалась лишь в период с 2020 по 2021 год. За этот период положительная динамика составила 5,8%. В 2023 году этот показатель незначительно снизился (-0,6 пп.).

Таблица 14 – Распределение ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Занимаетесь ли Вы или не занимаетесь физической культурой и спортом?» (в % от всех опрошенных, один ответ)

Вариант ответа	Население от 30 до 44 лет					Население от 45 до 54 лет					Население от 55 до 59 лет					Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
Да	59	57,9	66,7	61,5	61,9	52	54,0	52,4	60,6	56,9	53	45,8	47,7	53,5	54,5	56	55,0	60,8	60,0	59,4
Нет	41	42,1	33,4	38,5	38,0	48	46,0	47,7	39,4	42,6	47	54,2	52,3	46,5	45,1	44	45,0	39,3	40,0	40,3

В таблице 15 приводятся данные о распределении ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Как бы Вы оценили общее состояние Вашего здоровья?» в динамике за пять лет.

Таблица 15 – Распределение ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Как бы Вы оценили общее состояние Вашего здоровья?» (в % от всех опрошенных, один ответ)

Варианты ответа	Население от 30 до 44 лет					Население от 45 до 54 лет					Население от 55 до 59 лет					Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
Очень хорошее	6	9,4	22,9	13,0	9,7	3	8,5	9,9	9,8	5,1	3	8	6,5	9,3	3,6	5	8,9	17,6	11,5	7,5
Хорошее	44	40,5	38,4	46,0	50,8	28	35,2	32,4	39,9	42,2	23	25,2	25,6	42,1	31,6	36	36,8	35,3	43,6	45,8
Удовлетворительное	43	37,3	34,1	35,0	34,5	58	43,2	50,6	40,9	44,7	61	46,9	52,7	40,4	54,8	50	40,5	40,5	37,6	40,1
Слабое	5	4,7	3,3	4,4	4,2	9	5,4	5,2	6,8	6,5	9	11,1	10,1	6,1	8,6	7	5,8	4,6	5,4	5,4
Очень слабое	1	2,1	0,4	0,6	0,9	2	1,5	0,8	0,7	1,5	3	1,4	1,5	0,9	1,4	2	1,8	0,6	0,7	1,1
Затрудняюсь ответить	1	2,1	1,1	1,0		-	2,4	1,2	1,9		1	3,3	3,7	1,2		-	2,4	1,4	1,2	

Заметно, что положительная динамика среди всех возрастных подгрупп респондентов по показателю «очень хорошее здоровье» (в целом по опросу) наблюдалась в период с 2019 – по 2021 годы. В 2023 году этот показатель снизился на 4 пп. относительно данных прошлого года.

По показателю «очень хорошее здоровье» в 2019 – 2020 годах положительная динамика составила 3,9%, в период 2020 – 2021 годов 8,7%, в целом за 2019 – 2022 годы – количество положительно ответивших респондентов выросло на 6,5%. Среди характеризующих свое здоровье как хорошее, рост оценок в период 2021 – 2023 годов составил 10,5 пп.

В таблице 13 приводится информация о распределении ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет за период с 2020 по 2023 годы на вопрос: «Можете ли Вы сказать, что Вы ведете здоровый образ жизни, или не можете?»

В таблице 16 наглядно демонстрируется динамика изменения распределения ответов респондентов от 30 до 59 лет за пять лет на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют или не удовлетворяют Вашим потребностям?».

За четыре года (2019 – 2022 гг.) наблюдается некоторое увеличение показателей среди населения в возрасте от 45 до 54 лет (на 1,7%) и среди населения в возрасте от 55 до 59 лет – на 8,9%. Следует отметить, что удовлетворенность существующими по месту жительства условиями для занятия физкультурой и спортом среди представителей возрастной подгруппы от 30 до 44 лет возросла в период с 2021 по 2022 год на 2%. В 2023 году удовлетворенность этими аспектами снизилась среди 30-54 года, и, напротив, возросла среди 55-59 лет (на 4 пп.).

Таблица 16 – Динамика изменения распределения ответов респондентов от 30 до 59 лет на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют или не удовлетворяют Вашим потребностям?», Δ%

Вариант ответа	Население от 30 до 44 лет					Население от 45 до 54 лет					Население от 55 до 59 лет				
	2020/ 2019	2021/ 2020	2022/ 2021	2022/ 2019	2023/ 2022	2020/ 2019	2021/ 2020	2022/ 2021	2022/ 2019	2023/ 2022	2020/ 2019	2021/ 2020	2022/ 2021	2022/ 2019	2023/ 2022
Скорее удовлетворяют	-1,2	-5,6	2	-4,8	-4,0	1,3	-3,3	3,7	1,7	-3,0	1,1	-7,0	14,8	8,9	4,9
Скорее не удовлетворяют	-19,3	23,0	0,2	3,9	-25,2	-24,1	25,6	-1,6	-0,1	-20,2	-26,8	30,9	-8,3	-4,2	-23,6
Затрудняюсь ответить	20,5	-17,4	-2,2	0,9	3,5	23,8	-22,3	-2,1	-0,6	3,0	25,7	-23,9	-6,5	-4,7	-1,1

В таблице 17 приводятся данные о распределении ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет за период с 2020 по 2023 годы на вопрос: «Можете ли Вы сказать, что ведете здоровый образ жизни, или не можете?»

Таблица 17 – Распределение ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Можете ли Вы сказать, что ведете здоровый образ жизни, или не можете?» (в % от всех опрошенных, один ответ)

Варианты ответа	Население от 30 до 44 лет				Население от 45 до 54 лет				Население от 55 до 59 лет				Всего по опросу				
	2020	2021	2022	2023	2020	2021	2022	2023	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
Скорее да	61	73,7	72,7	58,9	63,4	69,7	72,0	60,4	63	66,5	73,3	64,6	78	62,1	71,8	72,6	60,1
Скорее нет	31,3	22,8	21,9	39,8	26,9	28,2	22,5	37,0	23,6	27,1	21,3	33,1	21	28,8	24,6	22,0	38,1
Затрудняюсь ответить	7,7	3,6	5,4	1,3	9,6	2,1	5,5	2,6	13,4	6,5	5,4	2,3	1	9,1	3,6	5,4	1,8

Из данных, приведенных в таблице, следует, что за три года, в период с 2020 по 2022 год, наблюдалась положительная динамика. Количество ответивших, что они ведут скорее здоровый образ жизни, увеличилось за период 2020 – 2021 на 9,7%, за период 2021 – 2022 годов – на 0,8%.

Тем не менее, заметна некоторая общая негативная динамика за 4 года: 2019 – 2022 годы (-5,4%). В 2023 году доля населения в возрасте от 30 до 59 лет, считающих свой образ жизни здоровым, снизилась еще сильнее – на 10,5 пп. Эти изменения коснулись всех возрастных групп данной когорты.

Ниже приведена таблица 18, отражающая влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни (респонденты от 30 до 59 лет).

Таблица 18 – Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни (респонденты от 30 до 59 лет), %

Варианты ответа	Респонденты от 30 до 59 лет (всего по опросу)				
	2019	2020	2021	2022	2023
Скорее, да (занимаюсь физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий)	56	55,0	60,8	60,0	59,4
Оценивают здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное	41	45,7	52,9	55,1	53,3
Ведут здоровый образ жизни (скорее, да)	78	62,1	71,8	72,6	60,1

В 2019 году доля тех, кто оценивает своё здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное по сравнению с теми, кто занимается физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий, меньше на 15%, в 2020 году это соотношение составило 9,3%, в 2022 году это же соотношение составило 4,9% и только в 2021 году – 7,9%, в 2023 году – 6,1%. Заметно, что показатели оценки здоровья (совершенно здоровые и лица с удовлетворительным здоровьем) и показатели, отражающие число занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий, не являются про-

порциональными, не пропорциональны также оценки по показателям «Оценивают здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное» и «ведут здоровый образ жизни (скорее, да)».

Можно сделать предположение об отсутствии у данной возрастной группы 30-59 лет выраженной взаимной зависимости показателей «занимается физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий» и «оценивает здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное», а также такого параметра качества жизни респондентов, как ведение здорового образа жизни.

#### 4. Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни россиян в возрасте от 60 лет и старше (по результатам опросов в 2019-2023 гг.)

Распределение ответов (за четыре года) респондентов старшего возраста от 60 лет и старше на вопрос: «Занимаетесь ли Вы физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий» отражены в таблице 19.

Таблица 19 – Распределение ответов респондентов старшего возраста от 60 лет и старше на вопрос: «Занимаетесь ли Вы физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий (самостоятельные, организованные, платные и другие, в том числе производственная физкультура)?» (в % от всех опрошенных, один ответ)

Вариант ответа	Население от 60 до 75 лет					Население от 76 до 79 лет					Население от 80 и старше					Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
Да	54	39,9	52,9	53,8	44,7	57	24,4	38,0	30,4	29,6	55	21,8	27,6	23,6	34,1	55	38,1	50,5	51,2	42,1
Нет	45	60,1	47,2	46,2	55,2	42	75,6	62,0	69,6	70,4	45	78,2	72,4	76,4	65,6	45	61,9	49,5	48,8	57,8

Отметим, что положительная динамика среди всех возрастных подгрупп респондентов (в целом по опросу) наблюдалась лишь в период с 2020 по 2022 годы. За период 2020 – 2021 годов положительная динамика составила 12,4%, за период 2021 – 2022 показатель увеличился на 0,7%. Однако, всего за период 2019 – 2022 годов количество, занимающихся в возрасте от 60 лет уменьшилось (-3,8%). В 2023 году в целом по возрастной группе от 60 лет и старше количество занимающихся стало меньше на 9,1 %, чем в предыдущий год.

Ниже приводится таблица 20, демонстрирующая распределение ответов респондентов за 5 лет населения в возрасте от 60 лет и старше: «Как бы Вы оценили общее состояние Вашего здоровья?».

Установлена положительная динамика среди всех возрастных подгрупп респондентов по показателю «очень хорошее здоровье» (в целом по опросу) в период с 2019 по 2020 годы, а также с 2021 по 2022 г.

По показателю «очень хорошее здоровье» в 2019 – 2020 годах положительная динамика составила 7,5%, в период 2021 – 2022 годов 1,4%, в целом за 2019 – 2022 годы – количество положительно ответивших респондентов выросло на 6,7%. Среди характеризующих свое здоровье как хорошее, рост оценок в период 2019 – 2022 годов составил 15,4%. В 2023 году оценки здоровья снизились и чаще всего характеризовались «удовлетворительными» ответами.

Таблица 20 – Распределение опрошенных респондентов – населения старшего возраста от 60 лет и старше по возрастным группам на вопрос: «Как бы Вы оценили общее состояние Вашего здоровья?» (в % от всех опрошенных)

Вариант ответа	Население от 60 до 75 лет					Население от 76 до 79 лет					Население от 80 и старше					Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
Очень хорошее	1	8,8	6,6	7,9	3,0	1	5,9	3,4	6,2	1,4	1	4,9	4,1	7,1	2,1	1	8,5	6,3	7,7	2,8
Хорошее	19	25,7	32,8	32,4	18,7	11	21,8	29,6	29,5	10,6	12	17,6	19,5	33,9	6,7	17	25	31,9	32,4	16,3
Удовлетв.	62	40,3	45,2	43,3	59,4	67	34,5	33,0	25,9	53,5	58	26,8	24,4	24,4	48,3	62	39,2	43,2	41,6	57,3
Слабое	13	13,7	10,7	10,3	16,4	15	26,1	20,7	25,0	26,1	18	28,2	27,6	17,3	34,9	14	15,1	12,3	11,3	19,9
Очень слабое	3	3,8	1,3	2,3	2,6	4	5	10,1	8,0	8,5	8	14,8	21,1	11,8	8,0	4	4,5	2,9	3,0	3,8
Затрудняюсь ответить	2	3,4	3,4	3,8		2	4,2	3,4	5,4		3	6,3	3,3	5,5		2	3,6	3,4	4,0	
Отказ от ответа	-	4,3	-	-		-	2,5	-	-		-	1,4	-	-		-	4,1	-	-	



Распределение ответов респондентов за четыре года – населения старшего возраста от 60 лет и старше по возрастным группам на вопрос: «Можете ли Вы сказать о себе, что стараетесь вести здоровый образ жизни, или нет?» приводится в таблице 21.

**Таблица 21 – Распределение ответов респондентов – населения старшего возраста от 60 лет и старше по возрастным группам на вопрос: «Можете ли Вы сказать о себе, что стараетесь вести здоровый образ жизни, или нет?» (в % от всех опрошенных)**

Вариант ответа	Население от 60 до 75 лет				Население от 76 до 79 лет				Население от 80 и старше				Всего по опросу				
	2020	2021	2022	2023	2020	2021	2022	2023	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
Да	57,2	58,0	62,2	63,9	50,4	48,6	55,4	63,4	43,7	52,9	54,3	70,1	88	56,1	57,1	61,5	64,9
Нет	31,1	26,2	28,0	33,9	36,1	32,4	39,2	34,5	45,1	21,9	40,2	24,9	10	32,2	26,5	29,1	32,5
Затрудняюсь ответить	11,6	15,8	9,8	2,1	13,4	19,0	5,4	2,1	11,3	25,2	5,5	5,0	2	11,7	16,5	9,4	2,6

Из данных приведенных в таблице следует, что за четыре года (в период с 2020 по 2023 гг.) наблюдалась положительная динамика. Количество ответивших, что они ведут скорее здоровый образ жизни, увеличилось за период 2020 – 2021 на 1%, за период 2021 – 2022 годов – на 4,4%. По данным 2023 года доля ведущих здоровый образ жизни в старшей возрастной группе увеличилась на 3,4 и составила 64,9%.

Динамика изменений распределения ответов респондентов от 60 лет и старше за период 2019 – 2023 годов на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют или не удовлетворяют Вашим потребностям?» приводится в таблице 22.

**Таблица 22 – Динамика изменений распределения ответов респондентов от 60 лет и старше на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют или не удовлетворяют Вашим потребностям?», Δ%**

Вариант ответа	Население от 60 до 75 лет					Население от 76 до 79 лет					Население от 80 и старше				
	2020/ 2019	2021/ 2020	2022/ 2021	2022/ 2019	2023/ 2022	2020/ 2019	2021/ 2020	2022/ 2021	2022/ 2019	2023/ 2022	2020/ 2019	2021/ 2020	2022/ 2021	2022/ 2019	2023/ 2022
Скорее удовлетворяют	-0,1	-2,3	-2,9	-5,3	0,7	-7,2	-0,2	2,6	-4,8	2,0	-6,5	1	-4,9	-10,4	0,9
Скорее не удовлетворяют	-23	14,5	10,3	1,8	-1,6	-23,2	26,6	-10,4	-7	-2,0	-18,5	25,8	-9,6	-2,3	0,1
Затрудняюсь ответить	23,1	-12,2	-7,5	3,5	0,9	30,4	-26,4	7,8	11,8	0,0	25	-26,7	14,4	12,7	-1,0

За четыре года (с 2019 по 2022) заметно снижение показателей среди всех возрастных подгрупп: население в возрасте от 60 до 75 лет (-5,3%), среди респондентов в возрасте от 76 до 79 лет (-4,8%), среди населения в возрасте от 80 и старше (-10,4%). Следует отметить, что удовлетворенность существующими по месту жительства условиями для занятий физкультурой и спортом среди представителей возрастной подгрупп от 76 до 79 лет возросла в период с 2021 по 2022 год на 2,6%. В 2023 году оценки практически не отличаются от предыдущего года.

Ниже приведена таблица 23, в которой отражены сведения о влиянии занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни (респонденты от 60 лет).

Отчетливо видно, что все показатели не соотносятся друг с другом пропорционально. Исключение составляют лишь данные за 2020 год (период пандемии COVID-19 и самоизоляции). Видно, что в этот период среди россиян в возрасте от 60 лет уменьшилось количество занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий.

Таблица 23 – Влияние занятий физкультурой и спортом на некоторые параметры качества жизни (респонденты от 60 лет и старше)

Варианты ответа	Респонденты от 60 лет и старше (всего по опросу)				
	2019	2020	2021	2022	2023
Скорее, да (занимаюсь физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий)	55	38,1	50,5	51,2	42,1
Оценивают здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное	18	33,5	38,2	40,1	19,1
Ведут здоровый образ жизни (скорее, да)	88	56,1	57,1	61,5	64,9

В 2020 году показатели оценки здоровья (совершенно здоров и здоровье удовлетворительно) и показатели, отражающие количество занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий, близки по значению: 38,1% респондентов отметили, что они занимаются физической культурой и спортом, 33,5% респондентов охарактеризовали свое здоровье как превосходное, либо удовлетворительное. Однако этот короткий период представляет собой исключение, можно предположить, что данная корреляция (зависимость) показателей является случайной. В 2023 году почти 65% граждан старше 60 лет считают себя ведущими здоровый образ жизни, при этом только 19,1% считают свое здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное.

Таким образом, можно сделать предположение об отсутствии выраженной взаимной зависимости показателей «занимаются физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий» и «оценивают здоровье как превосходное (совершенно здоровы) и удовлетворительное», а также такого параметра качества жизни респондентов, как ведение здорового образа жизни, у населения старшего возраста от 60 лет и старше.

## 5. Краткие научные выводы

Проведенные по общероссийской выборке исследования по теме «Социологический опрос для определения индивидуальных потребностей (мотивации) всех категорий и групп населения в условиях для занятий физкультурой и спортом и препятствующих им факторов» свидетельствуют о некоторых успехах, достигнутых в нашей стране по усилению влияния занятий физкультурой и спортом в их различных формах на некоторые параметры качества жизни (главным образом – состояние здоровья и здоровый образ жизни) различных групп населения России.

В частности, среди детей в возрасте от 6 до 12 лет показатели оценки здоровья (совершенно здоровые/ дети с удовлетворительным здоровьем) и показатели, отражающие занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий почти полностью идентичны и коррелируют между собой (взаимосвязаны). Так, в 2019 году 93% респондентов отметили, что их дети занимаются физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий, ровно столько же респондентов (93%) охарактеризовали здоровье своих детей как превосходное, либо удовлетворительное.

Дети в возрасте от 6 до 12 лет - единственная возрастная группа, у которой можно проследить взаимную зависимость показателей «ребенок занимается физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий» и «родители оценивают здоровье своего ребенка как превосходное и удовлетворительное», и, следовательно, предположить, что занятия физкультурой и спортом влияют на такой параметр качества жизни как состояние здоровья.

Среди молодежи в возрасте от 13 до 29 лет в 2019 году доля тех, кто оценивал своё здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное по сравнению с теми, кто занимается физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий, меньше на 11%, в 2020 году это соотношение составило 11,7% в 2022 году это же соотношение составило 12,8% и только в 2021 году – 18,9%. Заметно, что показатели оценки здоровья (совершенно здоровые, а также лица с удовлетворительным здоровьем) и показатели, отражающие число занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий, не являются выражено пропорциональными, особенно данные 2021 года.

Оценки по показателям «Оценивают здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное» и «ведут здоровый образ жизни (скорее, да)» близки по значению, в 2021 (расхождение



составило 3,1%), и 2022 году (расхождение составило 3%). Все же, зависимость между данными показателями с большой вероятностью носит случайный характер, так как значительно отличается за периоды 2019 и 2020 годов.

Среди респондентов в возрасте от 30 до 59 лет в 2019 году доля тех, кто оценивает своё здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное по сравнению с теми, кто занимается физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий меньше на 15%. В 2020 году это соотношение составило 9,3%, в 2022 году это же соотношение составило 4,9% и в 2021 году 7,9%. Заметно, что показатели оценки здоровья (совершенно здоровые и лица с удовлетворительным здоровьем) и показатели, отражающие численность занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий, не являются пропорциональными. Также не пропорциональны оценки по показателям «Оценивают здоровье как превосходное (совершенно здоров) и удовлетворительное» и «ведут здоровый образ жизни (скорее, да)».

У группы респондентов в возрасте от 60 лет установлено непропорциональное соотношение всех показателей друг с другом. Исключение составляют лишь данные за 2020 год (самоизоляции). Видно, что в этот период среди группы россиян в возрасте от 60 лет и старше уменьшилось количество занимающихся физической культурой и спортом (учитывая все формы занятий).

В 2020 году показатели оценки здоровья (совершенно здоров и здоровье удовлетворительно) и показатели, отражающие число занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий близки по значению: 38,1% респондентов отметили, что они занимаются физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий, 33,5% респондентов охарактеризовали свое здоровье как превосходное, либо удовлетворительное. Однако этот короткий период представляет собой некоторое исключение, можно предполагать, что данная корреляция (взаимозависимость) показателей является случайной.

В 2023 году показатели оценки здоровья различных групп респондентов имеют некоторое отличие от показателей предыдущих лет. Родители детей 3-5 лет в 62,7% случаев отметили хорошее состояние здоровья детей, у 6-12 летних – 53,9%. В 2023 году оценки здоровья детей (6 – 12 лет) достигли максимума за 5 лет измерений, доля занимающихся физической культурой и спортом продолжает оставаться на высоком уровне, достигающим 90,6%. Положительная динамика среди респондентов от 13 до 29 лет по показателю «очень хорошее здоровье» (в целом по опросу) наблюдалась в период с 2019 – по 2021 годы, а по показателю «хорошее здоровье» - с 2021 по 2022 годы, В 2023 году этот показатель «очень хорошего здоровья» достиг максимума за 5-летний период и составил 22,6%. У респондентов в возрасте от 30 до 59, характеризующих свое здоровье как хорошее, рост оценок в период 2021 – 2023 годов составил 10,5 пп. Среди респондентов в возрасте старше 60 лет в 2023 году оценки здоровья снизились по сравнению с 2022 годом и чаще всего характеризовались «удовлетворительными» ответами.

Проведенные по общероссийской выборке исследования свидетельствуют о некоторых успехах, достигнутых в нашей стране по улучшению качества жизни россиян, в частности – их удовлетворенности спортивными сооружениями и занятиями.

При анализе динамики распределения ответов респондентов от 30 до 59 лет на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют или не удовлетворяют Вашим потребностям?» за четыре года (2019 – 2022) заметно увеличение показателей среди населения в возрасте от 45 до 54 лет (на 1,7%) и среди населения в возрасте от 55 до 59 лет – на 8,9%. Следует отметить, что удовлетворенность существующими по месту жительства условиями для занятия физкультурой и спортом среди представителей возрастной подгруппы от 30 до 44 лет возросла в период 2021 – 2022 годов на 2%.

По итогам анализа ответов на вопрос родителей детей в возрасте 6-12 лет на вопрос: «Оцените степень удовлетворенности условиями для занятий ребенка физкультурой и спортом по месту Вашего жительства» наблюдается заметный тренд спада удовлетворенности.

Доля отметивших, что они «скорее удовлетворены» условиями для занятий ребенка физкультурой и спортом по месту жительства за период 2019 – 2022 годов уменьшилась по следующим параметрам: возможность выбора занятий в соответствии со своими интересами, оформление (-40,2%), санитарно-гигиеническое состояние мест занятий (-28,5%), материально-техническая оснащенность мест занятий (30,9%), удобное расписание предоставления услуг (-31,4), удобное расположение и транспортная доступность спортивных сооружений (-32,6), количество физкультурно-оздоровительных и спортивных объектов в районе проживания (-36,1), профессионализм и отношение тренерского состава (-28,8), стоимость занятий (-38,9), доступность информации о проводимых физкультурно-спортивных мероприятиях (-29%), безопасность посещения спортивных объектов (-26,3%).

В 2023 году при анализе динамики распределения ответов респондентов на вопрос: «Существующие по месту Вашего жительства условия для занятия физкультурой и спортом удовлетворяют или не удовлетворяют Вашим потребностям?» заметны следующие тренды. Наибольший рост удовлетворенности респондентов условиями для занятия физкультурой и спортом по месту жительства (родители детей от 6 до 12 лет) приходится на периоды 2019- 2020 и 2021 – 2022 годы, но 2023 году этот показатель снизился на 7,7 пп.

В период с 2022 по 2023 год процент респондентов в возрасте от 13 до 29 лет «скорее удовлетворенных» существующими по месту жительства условиями для занятий физкультурой и спортом в соответствии с личными потребностями вырос на 5,3пп.

Среди населения в возрасте от 30 до 59 лет удовлетворенность существующими по месту жительства условиями для занятия физкультурой и спортом в 2023 году снизилась среди респондентов возрасте 30-54 года, и, напротив, выросла среди представителей возрастной группы 55-59 лет (на 4 пп.).

У опрошенных в возрасте от 60 лет и старше в 2023 году оценки практически не отличаются от предыдущего года. Удовлетворенность существующими по месту жительства условиями для занятий физкультурой и спортом среди представителей возрастной подгрупп от 76 до 79 лет возросла в период с 2021 по 2022 год на 2,6%

Учитывая отмеченное выше возрастающее значение качественных параметров физкультурно-спортивной активности, и в первую очередь влияние этой активности на качество жизни россиян, целесообразно при разработке программ новых социологических опросов населения особое внимание уделить этой проблеме.

## Литература

1. Заседание Совета по стратегическому развитию и национальным проектам 13 июля 2020 года [Электронный ресурс] Режим доступа: URL: <http://www.kremlin.ru/events/president/news/63635> Дата обращения: 10.08.2020 г.
2. Зубец А.Н. Российские и международные подходы к измерению качества жизни / А.Н. Зубец. – Финансовый университет при правительстве Российской Федерации, Москва: 2020.
3. Послание Президента Федеральному Собранию 15 января 2020 года [Электронный ресурс]. Режим доступа: URL: <http://www.kremlin.ru/events/president/news/62582> Дата обращения: 10.06.2020 г.
4. Послание Президента Федеральному Собранию 20 февраля 2019 года [Электронный ресурс]. Режим доступа: URL: <http://www.kremlin.ru/events/president/news/59863> Дата обращения: 10.06.2020 г.
5. Российская Газета 22.07.2020. Мишустин назвал главную цель работы правительства Текст: Ксения Воронцова [Электронный ресурс] Режим доступа: URL: <https://rg.ru/2020/07/22/mishustin-nazval-glavnuiu-cel-raboty-pravitelstva.html> Дата обращения: 10.08.2020 г.
6. Социологический опрос для определения индивидуальных потребностей (мотивации) всех категорий и групп населения в условиях для занятий физической культурой и спортом и препятствующих им факторов [Текст]: отчет о НИР (заключит.) / ФГБУ ФНЦ ВНИИФК; рук. Абалян А. Г.; исполн.: Царьков П.Е. [и др.]. – М., 2019. – 620 с. – № НИОКТР. АААА-А19-119042290098-5
7. Социологический опрос для определения индивидуальных потребностей (мотивации) всех категорий и групп населения в условиях для занятий физической культурой и спортом и препятствующих им факторов [Текст]: отчет о НИР (заключит.) / ФГБУ ФНЦ ВНИИФК; рук. Абалян А. Г.; исполн.: Царьков П.Е. [и др.]. – М., 2020. – 1025 с. – № НИОКТР. АААА-А19-119042290098-5
8. Социологический опрос для определения индивидуальных потребностей (мотивации) всех категорий и групп населения в условиях для занятий физической культурой и спортом и препятствующих им факторов [Текст]: отчет о НИР (заключит.) / ФГБУ ФНЦ ВНИИФК; рук. Абалян А. Г.; исполн.: Царьков П.Е. [и др.]. – М., 2021. – 1385 с. – № НИОКТР АААА-А19-119042290098-5.
9. Столяров, В. И. Идеология и технология массовой физкультурно-спортивной работы в новой стратегии развития физической культуры и спорта (авторская концепция) / В. И. Столяров. - Москва: Торговый дом «Советский спорт», 2021. - 339 с.
10. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. №2 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года». Вступил в силу с 7 мая 2018 года [Электронный ресурс] Режим доступа: URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/43027>. Дата обращения: 10.08.2020 г.