

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ НАУЧНЫЙ ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



ФНЦ ВНИИФК

**ФАКТОРЫ (ДЕТЕРМИНАНТЫ И БАРЬЕРЫ)  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ АКТИВНОСТИ  
НАСЕЛЕНИЯ РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА  
(по данным социологических исследований)  
Аналитические материалы**

Москва 2023

## **Авторский коллектив:**

Авторский коллектив:

Абальян 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

Факторы – детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения различного возраста: Аналитические материалы/ под общ. ред. проф. В.И. Столярова; ФГБУ ФНЦ ВНИИФК. – М., 2023. – 39 с.

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

В аналитических материалах в динамике (с 2019 по 2023) рассматривается оценка респондентами мотивов и барьеров физкультурно-спортивной активности населения различного возраста.

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, внебюджетных фондов.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
1. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте в возрасте 3-5 лет (по результатам опроса родителей).....	6
2. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте 6-12 лет (по результатам опроса родителей) .....	8
3. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте в возрасте от 13 до 29 лет.....	10
4. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте в возрасте от 30 до 59 лет.....	13
5. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте в возрасте от 60 до 59 лет и старше .....	16
6. Краткие научные выводы .....	17
Литература.....	24

## ВВЕДЕНИЕ

Одной из наиболее важных задач научного исследования физкультурно-спортивной активности населения – определение факторов, содействующих или, напротив, препятствующих физкультурно-спортивной активности населения, а также средств, форм и методов ее повышения.

Ряд причин определяют актуальность решения этой задачи. Прежде всего это наличие негативных аспектов в современном физическом, психическом и духовно-нравственном состоянии детей и молодежи. Об этом свидетельствуют цифры, которые с некоторым расхождением (в ту или иную сторону) отмечаются в научных публикациях и средствах массовой информации [1] – [6], [15], [16].

Важное значение для приобщения человека к социальному опыту, идеалам и ценностям культуры имеет сфера свободного времени, досуга, рекреации. Характер влияния этой сферы жизнедеятельности человека на его личность и отношения с другими людьми существенным образом зависит от того, чем он занимается, в том числе от содержания его деятельности в свободное время.

Приоритетными в сфере досуга детей и молодежи становятся такие формы проведения свободного времени, которые нередко противоречат их здоровью, нормам нравственности, эстетики, культуры подлинно человеческого общения [7]. Все более широкое распространение получают (особенно в связи с влиянием телевидения и компьютерных игр) пассивные виды отдыха, негативно сказывающиеся на физической подготовленности человека.

Как обосновано в теории двигательной активности человека и показано на практике, в физкультурно-спортивной деятельности заключены огромные возможности для целенаправленного формирования, коррекции, изменения в нужном направлении всего комплекса личностных качеств и способностей, а также поведения человека, социальных отношений.

Многообразные формы этой деятельности могут быть использованы для решения комплекса задач личностного развития (формирования и совершенствования физических, психических, духовно-нравственных и эстетических качеств и способностей человека, соответствующих элементов культуры личности, то есть целостного – гармоничного и разностороннего развития личности).

Вот почему в основополагающих официальных документах нашей страны столь важное внимание уделяется физкультурно-спортивной активности различных групп населения. Занятия физкультурой и спортом рассматриваются как важное средство повышения физической подготовленности, достижения высокой работоспособности и продления творческого долголетия человека, решения демографических проблем, как средство воспитания и профилактики асоциальных проявлений, прежде всего подрастающего поколения, как средство улучшения человеческого потенциала, духовного и физического здоровья общества в целом.

Однако уровень физкультурно-спортивной активности населения в настоящее время не отвечает современным требованиям. Об этом свидетельствуют и как показывают многочисленные исследования, несмотря на определенные позитивные сдвиги в состоянии этой активности, ее уровень в настоящее время не в полной мере соответствует глобальным рекомендациям Всемирной организации здоровья по физической активности для здоровья.

Об этом свидетельствуют и данные масштабных (в 85 субъектах Российской Федерации) социологических опросов различных групп населения, проведенных в 2019–2023 гг.

Для разработки эффективных форм и методов повышения физкультурно-спортивной активности прежде всего важно выяснить те факторы, которые содействуют или, напротив, препятствуют физкультурно-спортивной активности населения, то есть детерминанты (мотиваторы) и барьеры этой активности. Поэтому анализ данных факторов – одна из основных задач тех масштабных социологических опросов населения, которые ученые ФГБУ ФНЦ ВНИИФК в сотрудничестве с высококвалифицированными специалистами ВЦИОМ и ФГБОУ ВО «РГСУ», НИУ ВШЭ провели в 2019–2023 гг. [8] – [11].

Барьеры физкультурно-спортивной активности населения – совокупность факторов, которые препятствуют индивидам совершать действия по удовлетворению потребностей в занятиях физкуль-

турой и спортом. На основе теоретического анализа факторы физкультурно-спортивной активности следует дифференцировать на объективные и субъективные.

К числу объективных факторов относятся условия для занятий физкультурой и спортом: наличие или отсутствие системы организации, управления, финансирования, пропаганды, необходимой материально-технической базы (сооружения, инвентарь), соответствующих кадров, научно-методического обеспечения деятельности.

Субъективные факторы физкультурно-спортивной активности включают в себя комплекс следующих основных явлений, связанных с сознанием и характеризующих отношение человека к данной активности [12] – [14].

Оценка (в высказываниях, суждениях, мнениях, отзывах) физкультурно-спортивной активности, включающая общую оценку значимости занятий физкультурой и спортом, а также конкретную оценку (в чем конкретно усматривается ценность и значимость физкультурно-спортивной активности). Также к оценке физкультурно-спортивной деятельности относится место, которое эта ценность занимает в общей иерархии ценностей человека.

Эти факторы определяют ценностную ориентацию и связанную с ней мотивацию человека на физкультурно-спортивную активность.

Готовность респондентов к физкультурно-спортивной активности подразделяется на информационную готовность – наличие знаний о занятиях физкультурой и спортом, позволяющих определить значение этих занятий, их задачи, средства решения данных задач, методику их применения и на операциональную готовность – наличие умений, навыков, способностей, которые позволяют активно участвовать в занятиях физкультурой и спортом.

Анкеты, которые использовались при проведении социологических опросов в 2019-2023 гг., предусматривали выяснение мнения респондентов относительно некоторых из указанных факторов.

Респонденты подразделялись на следующие группы:

1. дети от 3 до 5 лет (исследования 2021 и 2023 годов);
2. дети от 6 до 12 лет, подростки и молодежь от 13 до 29;
3. население среднего возраста от 30 до 59 лет;
4. 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.

Социологические опросы проводились в 85 субъектах РФ. В таблице 1 ниже приведено распределение доли занимающихся физкультурой и спортом по федеральным округам Российской Федерации в динамике (2020 – 2023гг).

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

Федеральный округ	Доля занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий															
	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
<b>Всего по РФ</b>	<b>77,1</b>	<b>84,1</b>	<b>82,8</b>	<b>77,9</b>	<b>55,0</b>	<b>60,8</b>	<b>60,0</b>	<b>59,4</b>	<b>38,1</b>	<b>50,5</b>	<b>51,2</b>	<b>42,1</b>	<b>61,3</b>	<b>67,2</b>	<b>66,7</b>	<b>61,4</b>

По данным 2023 года на первом месте Дальневосточный регион (67,5%), на втором – Сибирский регион (66,7%), на третьем - Уральский регион (65,7%).

В 2022 году большая доля занимающихся отмечалась в Северо-Западном регионе (75,5%). На втором месте – Южный регион (71,7%) и Приволжский регион – 70,7%.

За период с 2020 по 2023 год заметна негативная динамика среди занимающихся физкультурой и спортом в кавказском регионе, при чем данная тенденция имеет кумулятивный характер: 74,8% в 2020 году, 58,5% в 2021 году, 53,3% в 2022 году, в несколько изменилась в положительную сторону (56,9%). Обратные показатели трендов (положительная динамика, имеющая кумулятивный характер в течение нескольких лет) отмечается в Южном, Центральном и Уральском федеральным округам, в частности:

1. Южный (57,2% в 2020 году, 70,2% в 2021 году, 71,7% в 2022 году, однако 55,7% в 2023 году);
2. Приволжский (58,1% в 2020 году, 73,5% в 2021 году, 70,7% в 2022 году, но 60% в 2023 году);
3. Уральский (63,9% в 2020 году, 68,1% в 2021 году, 69,5% в 2022 году и 65,7% в 2023 году).

Наиболее активной в отношении к занятиям физической культурой и спортом является когорта молодежи в возрасте 6-29 лет. Таким образом, можно сделать вывод, что при достижении трудового возраста (после окончания учебного учреждения среднего или высшего образования), меняется процентная доля занимающихся (в сторону сокращения).

В таблице 2 приводится динамика изменения числа занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий по федеральным округам России.

**Таблица 2 – Динамика изменения числа занимающихся физической культурой и спортом учитывая все формы занятий по федеральным округам Российской Федерации, Δ%**

Федеральный округ	В целом по опросу (население в возрасте 6 лет и старше)			
	2022/2021	2022/2020	2023/2022	2023/2020
Центральный	-2,0	2,2	-5,1	-2,9
Северо-Западный	15,8	10,8	-10,7	0,1
Южный	1,5	14,5	-16	-1,5
Северо-Кавказский	-5,2	-21,5	3,6	-17,9
Приволжский	-2,8	12,6	-10,7	1,9
Уральский	1,4	5,6	-3,8	1,8
Сибирский	-9,1	6,5	4	10,5
Дальневосточный	-1,0	9,5	6,5	16
Всего по РФ	-0,5	5,4	-5,3	0,1

В целом по опросу (население в возрасте 6 лет и старше) заметна положительная динамика за период 2020 – 2023 годов. В частности, наблюдается заметное увеличение доли занимающихся в Сибирском (на 10,5%) и Дальневосточном (на 16%) федеральных округах. За этот же период выраженная отрицательная динамика наблюдается в Северо-Кавказском федеральном округе, доля занимающихся физкультурой и спортом (всеми формами занятий) сократилась и составила - 17,9%. Однако, следует отметить, что снижение доли занимающихся в Северо-Кавказском округе не было стабильным ежегодно. Положительная динамика наблюдалась занимающегося двигательной активностью населения в возрасте 30-59 лет в период 2020 – 2022 годов (+2,5%) и среди населения в возрасте 60 лет и старше в период 2021 – 2022 годов (+10,9%).

## **1. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте в возрасте 3-5 лет (по результатам опроса родителей)**

В таблице 3 представлено в сравнении за 2021 и 2023 гг. распределение ответов респондентов – родителей детей от 3 до 5 лет на вопрос: «Что, по Вашему мнению, повлияло на развитие интереса и приобщение к занятиям физкультурой и спортом Вашего ребенка?».

Таблица 3 – Распределение ответов респондентов родителей детей от 3 до 5 лет на вопрос: «Что, по Вашему мнению, повлияло на развитие интереса и приобщение к занятиям физкультурой и спортом Вашего ребенка?» (в % от занимающихся физкультурой и спортом, не более трех ответов, 2021 и 2023 годы)

Варианты ответа	Родители детей от 3 до 5 лет	
	2021	2023
Личный пример матери	13,6	15,8
Личный пример отца	16,4	17,9
Совместные занятия с ребенком	21,6	28,2
Примеры друзей	15,0	8,3
Советы родственников	5,6	31,4
Советы врача	6,2	3,4
Советы тренера	6,1	23,6
Работники образовательного учреждения	19,1	6,1
Соревнования	1,8	6,6
Любимый вид спорта	13,0	6,6
Передачи по телевидению	7,8	1,9
Интернет	5,4	5,8
Пока ничто не повлияло	21,3	3,8
Затрудняюсь ответить	10,2	10,6
Другое	1,3	2,3

В 2023 году заметно увеличилось число респондентов, отмечающих среди наиболее значимых мотивов, повлиявших на развитие интереса и приобщение к занятиям физкультурой и спортом их детей, советы тренера (увеличилось на 17,5%). Также по сравнению с 2021 в 2023 году значительно возросло количество респондентов, отмечающих такие мотивы как: личный пример матери (на 2,2%), личный пример отца (на 1,5%), совместные занятия с ребенком (на 2,2%).

Распределение ответов респондентов – родителей детей от 3 до 5 лет на вопрос: «Как Вы считаете, что мешает Вашему ребенку начать заниматься физкультурой и спортом или заниматься ими более активно?» в сравнении за период 2021 – 2023 гг. приведено в таблице 4.

Таблица 4 – Распределение ответов респондентов на вопрос: «Как Вы считаете, что мешает Вашему ребенку начать заниматься физкультурой и спортом или заниматься ими более активно?» (в % от всех опрошенных, не более двух ответов)

Варианты ответа	Родители детей от 3 до 5 лет, %	
	2021	2023
Недостаток знаний и умений родителей	3,2	1,8
Нежелание ребенка заниматься	6,2	4,8
Отсутствие спортивной инфраструктуры рядом с домом/ учебой	13,5	23,1
Недостаток свободного времени у родителей	13,6	17,8
Состояние здоровья ребенка	4,1	5,0
Нет способностей, физических данных	3,4	1,8
Неудобное расписание занятий	3,9	5,7
Нет доступных занятий по любимому ребенком виду спорта	11,0	14,8
Для желаемых занятий требуется слишком много денег	10,5	8,9
Мы просто не знаем с чего начать	9,0	7,9
Нет друзей, которые активно занимаются	3,3	2,3
Ребенок увлечен другим делом, хобби	9,6	5,0
Считаем, что эти занятия не способствуют общему развитию ребенка	1,9	0,6
Другой ответ	7,5	0,7
Ничего не мешает / ребенок занимается спортом достаточно	24,5	17,9
Затрудняюсь ответить	7,9	3,3

В 2021 году 24,5% респондентов – родителей детей в возрасте 3-5 лет ответили «Ничего не мешает / ребенок занимается спортом достаточно». По представленным в таблице данным можно выделить основные причины. Так, большинство родителей считают, что их ребенку мешают заниматься спортом отсутствие спортивной инфраструктуры и недостаток свободного времени у родителей (13,5% и 13,6% соответственно). Еще респонденты отмечают отсутствие доступных занятий по любимому ребенком виду спорта (11,0%) и необходимость больших затрат (требуется слишком много денег) для желаемых занятий (10,5%).

Из данных опроса 2023 года видно, что пятая часть родителей (21,2%) ответили либо, что «ничего не мешает/ребенок занимается спортом достаточно», либо затруднились с ответом. Что же касается непосредственно причин, препятствующих вовлечению или более активному участию детей в возрасте 3-5 лет в занятиях физической культурой и спортом, то на первое место вышла объективная причина - отсутствие спортивной инфраструктуры рядом с домом или образовательной организацией, которую посещает ребенок (23,1%). В тройку таких причин также вошли нехватка времени у родителей (17,8%) и отсутствие поблизости секций/занятий по интересующему ребенка виду спорта (14,8%).

В 2023 году по сравнению с 2021 годом заметно увеличилось число респондентов, отмечающих среди основных барьеров, препятствующих занятиям их детей, отсутствие спортивной инфраструктуры рядом с домом (на 9,6%).

В таблице 5 приводится информация о распределении ответов респондентов в сравнении за 2021 и 2023 годы 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 5 – Распределение ответов респондентов за 2021 и 2023 годы 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 3 до 5 лет, %	
	2021	2023
Да	75,9	74,8
Нет	24,1	25,0

По данным 2021 года более 75% детей занимаются физической культурой. Однако опрос показал, что в сельской местности данный показатель меньше почти на 10% от среднего по стране (66,17%).

По данным 2023 года вовлекать детей в занятия физической культурой и спортом большинство родителей начинают, судя по результатам опроса, с самого раннего детства. Три четверти родителей детей в возрасте 3-5 лет в ходе опроса отметили, что их ребенок уже занимается в той или иной форме физической культурой и спортом (74,8%). Тем не менее, у четвертой части родителей детей в возрасте 3-5 лет дети по разным причинам еще не приобщились к этим занятиям.

За период с 2021 по 2023 год незначительно, на 1,1% сократилось количество респондентов, отмечающих, что их ребенок занимается физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий.

## **2. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте в возрасте 6-12 лет (по результатам опроса родителей)**

Распределение ответов респондентов на вопрос: «Что, по Вашему мнению, повлияло на развитие интереса и приобщение к занятиям физкультурой и спортом Вашего ребенка?» в динамике за период 2022 – 2023 годы приведено в таблице 7.

Таблица 7 – Распределение ответов родителей на вопрос: «Что, по Вашему мнению, повлияло на развитие интереса и приобщение к занятиям физкультурой и спортом Вашего ребенка?» (в % от занимающихся физкультурой и спортом)

Варианты ответа	Родители детей от 6 до 12 лет, %	
	2022	2023
Рекомендации работников образовательного учреждения	25,1	11,2
Примеры друзей	20,2	24,2
Личный пример отца	19,6	24,2
Любимый вид спорта	18,0	16,5
Совместные занятия с ребенком	17,8	20,5
Советы тренера	12,1	8,7
Личный пример матери	10,9	16,6
Передачи по телевидению	10,4	3,9
Советы родственников	8,9	9,6
Интернет	7,7	6,8
Соревнования	6,6	7,3
Советы врача	4,6	6,1
Другое	0,8	6,4
Пока ничто не повлияло	10,2	10,1
Затрудняюсь ответить/нет ответа	7,0	2,9

За период с 2022 по 2023 год увеличилось число респондентов, отмечающих, что основным мотивом, повлиявшим на развитие интереса и приобщение к занятиям физкультурой и спортом их ребенка является: пример друзей (на 4%), пример отца (на 4,9%), пример матери (на 5,7%) и совместные занятия с ребенком (на 2,7%). Эти же мотивы являются наиболее значимыми в приобщении детей в возрасте от 6 до 12 лет к физкультуре и спорту.

Распределение ответов респондентов – родителей детей от 6 до 12 лет на вопрос: «Как Вы считаете, что мешает Вашему ребенку начать заниматься физкультурой и спортом или заниматься ими более активно?» в динамике за период 2019 – 2023 год приведено в таблице 8.

Таблица 8 – Распределение ответов респондентов на вопрос: «Как Вы считаете, что мешает Вашему ребенку начать заниматься физкультурой и спортом или заниматься ими более активно?» (в % от всех опрошенных, не более двух ответов)

Варианты ответа	Родители детей от 6 до 12 лет, %				
	2019	2020	2021	2022	2023
Недостаток знаний и умений родителей	2	10,4	2,2	2,3	0,9
Нежелание ребенка заниматься	7	14,2	7,5	4,9	7,8
Отсутствие спортивной инфраструктуры рядом с домом/ учебой	28	15,1	15,1	14,6	25,9
Недостаток свободного времени у родителей	22	21,7	10,1	11,6	18,6
Состояние здоровья ребенка	5	7,5	4,2	4,4	6,7
Нет способностей, физических данных	1	7,2	3,7	3,2	2,9
Неудобное расписание занятий	7	12,3	6,7	7,5	10,5
Нет доступных занятий по любимому ребенку виду спорта	5	14,2	12,3	10,3	14,7
Для желаемых занятий требуется слишком много денег	13	12,3	12,5	11,1	12,9
Мы просто не знаем с чего начать	0	11,6	4,2	6,6	4,8
Нет друзей, которые активно занимаются	2	11,3	4,9	3,9	4,6
Ребенок увлечен другим делом, хобби	6	13,2	13,9	8,7	10,8
Считаем, что эти занятия не способствуют общему развитию ребенка	0	4,1	1,2	2,0	0,5
Другой ответ	14	2,5	0,74	1,7	3,3
Ничего не мешает / ребенок занимается спортом достаточно	24	32,1	27,3	30,0	20,9

За период с 2022 по 2023 год увеличилось количество респондентов, которые считают, что их ребенку мешает заниматься недостаток свободного времени у родителей (на 7%), отсутствие спортивной инфраструктуры рядом с домом (на 11,3%) и увлечение ребенка другим делом (на 2,1%).

Количество родителей детей, которые считают, что их ребенку ничего не мешает начать заниматься физкультурой и спортом или их ребенок занимается спортом достаточно за период с 2019 по 2023 год уменьшилось на 3,1%. Вместе с тем, сократилась за этот же период доля родителей, которые указывают на барьеры, препятствующие занятию детей спортом: отсутствие спортивной инфраструктуры рядом с домом/учебой (-2,1%) и недостаток свободного времени у родителей (-3,4%).

В таблице 9 приводится распределение ответов респондентов за период с 2019 по 2023 год 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 9 – 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 за период с 2019 по 2023 годы изменения имеют циклический характер, увеличение занимающихся среди детей в возрасте от 6 до 12 лет приходится на 2019 год (93%), 2021 год – 92,1% и 2023 – 90,6%.

### **3. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте в возрасте от 13 до 29 лет**

Ниже в таблице 10 представлено распределение ответов респондентов от 18 до 29 лет на вопрос: «Выберите основные причины, по которым Вы занимаетесь физкультурой и спортом платно?» в динамике за период 2019 – 2023. Показатель платных занятий позволяет выявить детерминанты в наиболее выраженной форме. Здесь и далее при выявлении факторов, способствующих повышению двигательной активности населения, мы будем рассматривать основные причины выбора платных занятий. Группа молодежи в возрасте от 13 до 17 лет не включена в распределение, поскольку несовершеннолетние граждане не обладают возможностью свободно распоряжаться средствами.

**Таблица 10 – Распределение ответов респондентов в возрасте от 18 до 29 лет на вопрос: «Выберите основные причины, по которым Вы занимаетесь физкультурой и спортом платно?» (в % от тех, кто занимается спортом платно, до двух ответов)**

Варианты ответа	Молодежь в возрасте от 18 до 24 лет					Молодежь в возрасте от 25 до 29 лет				
	2019	2020	2021	2022	2023	2019	2020	2021	2022	2023
Нравится программа занятий	16	27,4	17,7	22,4	22,3	8	22,8	22,3	16,9	22,5
Хорошие условия для занятий (оборудование, инвентарь)	16	30,5	35,3	35,2	31,2	18	31	37,7	34,6	36,7
Комфортная психологическая атмосфера	7	21,4	19,0	14,3	21,3	9	20,3	4,6	11,0	20,1
Индивидуальный подход на занятии	6	18,5	18,2	21,0	20,3	5	21,6	17,7	14,7	20,7
Наличие дополнительных услуг (массаж, солярий, парная и другие)	3	10	8,8	9,5	7,3	3	12,9	11,5	15,4	11,2
Порекомендовали друзья, знакомые	5	9,3	6,0	5,7	12,0	4	10,8	6,2	11,8	11,8
Нет подходящих бесплатных занятий	3	11	18,7	15,7	15,3	13	9,9	23,9	22,8	26,6
Удобное, подходящее расписание	7	20,1	19,5	17,6	20,6	8	18,1	19,2	13,2	21,9
Удобный/круглосуточный режим работы	3	9,8	7,0	13,3	16,6	3	9,9	5,4	13,2	20,7
Удобное расположение места проведения занятий	7	15,8	23,4	14,8	22,9	17	16,8	23,1	25,7	29,6
Другое	2	2	2,6	0,5	8,6	7	1,7	2,3	1,5	3,6
Затрудняюсь ответить	0	3,8	2,6	1,4	12,3	1	0,9	2,3	0,7	2,4

Основным мотивом, руководствуясь которым респонденты возрастных групп от 18 до 24 лет и от 25 до 29 лет выбирают платные занятия физкультурой и спортом, являются хорошие условия для занятий (с 2019 по 2023 годы этот показатель увеличился на 15,2% и 18,7%). Далее при анализе ответов наблюдается дифференциация причин по возрастному критерию. Заметно увеличилась доля респондентов, отмечающих популярность ответов у молодежи в возрасте от 18 до 24 лет, индивидуальный подход на занятии (14,3% и 15,7% соответственно), для молодежи от 25 до 29 лет важным мотивом является удобное расположение места проведения занятий (доля увеличилась на 12,6%) и своеобразный «негативный» мотив - отсутствие подходящих бесплатных занятий (доля респондентов, руководствующихся этим мотивом, возросла на 13,6%).

С 2022 по 2023 год наблюдается рост следующих показателей: у группы молодёжи в возрасте от 18 до 24 лет круглосуточный режим работы (увеличилось на 3,3%), удобное расположение места проведения занятий (на 8,1%). У группы молодежи в возрасте от 25 до 29 лет за этот же период увеличилось число респондентов, отмечающих в качестве мотивов (причин), побуждающих их к занятиям: хорошие условия для занятий (на 2,1%), комфортную психологическую атмосферу (на 9,%), индивидуальный подход на занятии (на 6%), подходящее расписание (на 7,5%) и круглосуточный режим работы (на 8,5%).

Распределение ответов респондентов в возрасте от 13 до 29 лет (за период с 2019 по 2023 год) на вопрос: «Ради какой цели Вы в первую очередь занимаетесь физкультурой и спортом?» приведено в таблице 11.

**Таблица 11 – Распределение ответов респондентов от 13 до 29 лет на вопрос: «Ради какой цели Вы в первую очередь занимаетесь физкультурой и спортом?» (в % от тех, кто занимается спортом, до двух ответов)**

Вариант ответа	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Поддержать, укрепить здоровье	64	68,2	28,2	25,1	71,4
Сделать здоровым свой образ жизни	21	42,1	21,8	19,8	36,1
Сохранить, улучшить фигуру	29	58,5	24,8	21,8	49,7
Улучшить настроение, получить удовольствие от занятий	19	40,2	19,7	19,1	25,8
Снять усталость, поддержать работоспособность, получить эмоциональную разгрузку	6	28,9	10,1	12,7	14,4
Встречаться, общаться с друзьями и знакомыми	7	17	5,8	8,9	15,0
Испытать свои силы, проверить себя	5	22,1	8,3	10,8	10,9
Развить силу, ловкость и другие физические качества	7	34,1	19,9	18,7	15,0
Улучшить осанку, походку	3	25,9	10,7	10,6	9,3
Достичь определенных спортивных показателей, побед	3	13,1	10,1	10,0	4,3
Уметь постоять за себя	3	10,2	5,9	6,4	4,5
Чтобы нравиться, быть привлекательным	3	19,1	7,6	8,4	2,1

За период с 2019 по 2023 год важная детерминанта (мотив) занятий физкультурой и спортом респондентов в возрасте от 13 до 29 лет - поддержка и укрепление здоровья увеличилась (на 7,4%), и является решающим в 2023 году; мотив - сделать здоровым свой образ жизни стал более популярным (увеличение составило 15,1%). Положительная динамика за этот же период заметна при выборе таких мотивов, как: «снять усталость, поддержать работоспособность, получить эмоциональную разгрузку» (8,4%) и «развить силу, ловкость и другие физические качества» (8%).

За период с 2022 по 2023 год значительно увеличилось число респондентов, занимающихся с целью укрепления здоровья (на 46,3%), улучшения фигуры (на 27,9%), снятия усталости (на 1,7%).

Распределение ответов респондентов от 13 до 29 лет (за период с 2019 по 2023 год) на вопрос: «Назовите, пожалуйста, основные причины, почему Вы не занимаетесь физической культурой и спортом?» приведено в таблице 12.

**Таблица 12 -- Распределение ответов респондентов от 13 до 29 лет на вопрос: «Назовите, пожалуйста, основные причины, почему Вы не занимаетесь физической культурой и спортом?» (в % от тех, кто не занимается спортом, не более трех ответов)**

Вариант ответа	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Отсутствие свободного времени	53	35,1	27,3	18,0	57,2
Большая общая нагрузка в образовательном учреждении, на работе, дома	30	16,1	16,5	12,9	7,9
Устаю от повседневных дел	16	27,1	25,2	21,0	26,9
Наличие других интересов/ хобби	11	20,7	18,4	13,4	18,0
Отсутствие или неудобное расположение спортивного зала/ центра/ спортивных объектов	9	7,4	11,0	8,0	4,5
Отсутствие бесплатных секций, занятий	8	5,4	10,6	8,7	5,1
Нет занятий по любимому виду спорта/физкультуры	3	5,5	6,3	6,4	3,1
Высокая стоимость занятий, абонементов, услуг тренера	13	12,4	18,8	11,0	5,8
Состояние здоровья (в том числе медицинские противопоказания, травмы)	15	14,3	21,6	18,9	14,5
Не знаю, как правильно заниматься	1	7,8	7,2	9,1	1,0
Стесняюсь своей фигуры, боюсь показаться нелепым	1	5,9	10,6	8,5	1,7
Нет компании, с кем можно было бы заниматься	7	10	13,3	11,0	4,8
Спорт не приносит заметных результатов	1	4	3,0	4,9	0,7
Не могу себя заставить	10	17,5	18,8	15,3	11,9
Мне это не нужно, не вижу в этом необходимости	4	9	7,6	10,6	4,8
Не интересуюсь спортом, физической культурой	7	15,2	11,8	10,6	4,6
Страх получить серьезную травму, нанести вред организму	-	-	-	4,5	0,7
Модные тенденции полноты тела, бодипозитив	-	-	-	2,7	0,2
Другое	7	0,7	1,1	0,6	0,5
Затрудняюсь ответить	1	3,5	1,9	3,4	1,2

В целом за период с 2019 по 2023 год респонденты в возрасте от 13 до 29 лет в качестве основных барьеров, препятствующих занятиям физической культурой и спортом, указали усталость от повседневных дел (увеличение составило 10,9%). Заметно, что отсутствие свободного времени также является барьером для занятий, доля респондентов, отмечающих этот показатель за период с 2019 по 2023 годы, возросла на 4,2%. За период с 2022 по 2023 год значительно возросло число респондентов в возрасте от 13 до 29 лет, которые в качестве основного барьера, препятствующего занятиям физической культурой и спортом, указали отсутствие свободного времени (на 39,2%). Вместе с тем сократилось число респондентов, отмечающих в качестве главных барьеров к занятиям отсутствие необходимости (-5,8%) и отсутствие интереса к физической культуре (-6%).

В таблице 13 приводятся данные (за период с 2019 по 2023 год) 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 13 – 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	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Да	74	76,6	81,5	80,6	71,5
Нет	25	23,4	18,5	18,2	28,5

Заметно, что положительная динамика среди всех возрастных подгрупп респондентов, в целом по опросу, наблюдалась в период с 2019 по 2021 годы.

За период 2019 – 2020 годов положительная динамика составила 2,6%, за период 2020 – 2021 - 4,9%. Всего за период 2019 – 2022 годов количество занимающихся среди молодежи выросло на 6,6%.

За период с 2022 по 2023 год наблюдается негативная динамика, на 9,1% сократилось число занимающихся физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий.

#### 4. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте в возрасте от 30 до 59 лет

Распределение ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Почему Вы занимаетесь физкультурой и спортом платно?» в динамике за 2019 – 2023 годы представлено в таблице 14.

Таблица 14 – Распределение ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Выберите основные причины, по которым Вы занимаетесь физкультурой и спортом платно?» (в % от тех, кто занимается спортом платно, до двух ответов)

Варианты ответа	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Нравится программа занятий	15	18,3	17,4	16,6	19,6
Хорошие условия для занятий (оборудование, инвентарь)	29	36	30,2	34,3	26,1
Комфортная психологическая атмосфера	19	28,1	14,2	11,3	13,0
Индивидуальный подход на занятии	6	27,8	15,0	11,4	13,9
Наличие дополнительных услуг (массаж, солярий, парная и другие)	7	11,3	12,4	12,4	7,5
Порекомендовали друзья, знакомые	6	10	6,8	6,8	10,8
Нет подходящих бесплатных занятий	20	17,6	28,7	31,4	38,8
Удобное, подходящее расписание	13	17,8	16,7	17,9	18,7
Удобный/ круглосуточный режим работы	5	5	8,4	11,1	13,2
Удобное расположение места проведения занятий	26	22	21,7	18,1	24,8

Основными причинами (мотивами), по которым респонденты выбирают платные занятия физкультурой и спортом, в 2023 году являются хорошие условия для занятий (26,1%) и отсутствие подходящих бесплатных занятий (38,8%). За период с 2022 по 2023 годы увеличилось число респондентов основными мотивами для которых были рекомендации друзей (на 4%), удобное расположение места проведения занятий (на 6,7%) и нравящаяся программа занятий (на 3%).

Распределение ответов респондентов (2019 – 2023 годы) в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Ради какой цели Вы в первую очередь занимаетесь физкультурой и спортом?» в динамике представлено в таблице 15.

Таблица 15 – Распределение ответов респондентов от 30 до 59 лет на вопрос: «Ради какой цели Вы в первую очередь занимаетесь физкультурой и спортом?» (в % от тех, кто занимается спортом, до двух ответов)

Вариант ответа	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Поддержать, укрепить здоровье	68	76,7	38,0	34,4	78,6
Сделать здоровым свой образ жизни	18	43,9	26,2	26,2	32,9
Сохранить, улучшить фигуру	21	51,6	24,1	20,5	37,1
Улучшить настроение, получить удовольствие от занятий	19	43,7	20,0	20,0	25,2
Снять усталость, поддержать работоспособность, получить эмоциональную разгрузку	9	33	18,8	21,8	17,5
Встречаться, общаться с друзьями и знакомыми	9	13,8	5,1	6,6	9,8
Испытать свои силы, проверить себя	2	12	7,4	6,3	2,9
Развить силу, ловкость и другие физические качества	3	16,6	9,7	11,6	5,2
Улучшить осанку, походку	4	19,6	9,8	11,6	10,0
Достичь определенных спортивных показателей, побед	1	5,7	5,2	5,5	2,3
Уметь постоять за себя	2	4	4,8	4,3	1,9
Чтобы нравиться, быть привлекательным	4	9,8	7,4	6,3	4,9
Другое	8	0,2	1,1	0,7	0,8
Затрудняюсь ответить	0	1,2	0,6	0,8	0,7

Данные опроса (за период с 2019 по 2023 год) показали, что основными детерминантами, мотивирующими респондентов среднего возраста всех возрастных подгрупп заниматься физкультурой и спортом, являются: укрепить здоровье (показатель увеличился на 10,6%), желание сделать здоровым свой образ жизни (показатель увеличился на 14,9%), улучшение фигуры (увеличение составило 16,1%) и снятие усталости, поддержка работоспособности, получение эмоциональной разгрузки (показатель увеличился на 8,5%).

За период с 2022 по 2023 годы увеличились следующие показатели: поддержать, укрепить здоровье (на 44,2%), сделать здоровым свой образ жизни (на 6,7%), улучшить фигуру (на 16,6%).

Распределение ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Назовите, пожалуйста, основные причины, почему Вы не занимаетесь физической культурой и спортом?» (2019 – 2023 годы) представлено в таблице 16.

**Таблица 16 – Распределение ответов респондентов от 30 до 59 лет на вопрос: «Назовите, пожалуйста, основные причины, почему Вы не занимаетесь физической культурой и спортом?» (в % от тех, кто не занимается спортом, не более трех ответов)**

Вариант ответа	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Отсутствие свободного времени	43	36,2	32,4	29,3	55,6
Большая общая нагрузка на работе, дома	32	14,6	14,6	18,9	15,5
Устаю от повседневных дел	8	30,6	25,8	27,4	23,6
Наличие других интересов/ хобби	6	18,8	20,6	13,6	8,8
Отсутствие или неудобное расположение спортивного зала/ центра/ спортивных объектов	9	9,7	8,8	10,4	5,6
Отсутствие бесплатных секций, занятий	7	9,6	12,5	10,1	5,7
Нет занятий по любимому виду спорта/ физкультуры	2	5,3	3,7	5,7	0,7
Высокая стоимость занятий, абонементов, услуг тренера	11	10,7	14,7	12,7	7,0
Состояние здоровья (в том числе медицинские противопоказания травмы)	19	17,4	15,3	11,8	15,4
Не знаю, как правильно заниматься	0	7,4	5,8	6,8	1,2
Стесняюсь своей фигуры, боюсь показаться нелепым	2	5,8	5,7	5,5	0,6
Нет компании, с кем можно было бы заниматься	11	7,8	6,7	8,0	2,8
Спорт не приносит заметных результатов	1	3,2	2,4	3,8	0,6
Не могу себя заставить	11	12,2	11,9	16,1	12,6
Мне это не нужно, не вижу в этом необходимости	5	6,4	8,1	7,9	5,4
Не интересуюсь спортом, физической культурой	4	11,5	14,1	8,3	4,2
Страх получить серьезную травму, нанести вред организму	-	-	-	3,4	0,3
Модные тенденции полноты тела, бодипозитив	-	-	-	1,2	0,1
Другое	11	1,1	2,7	0,9	2,1
Затрудняюсь ответить	0	4	2,2	1,2	0,6

В 2023 году респонденты возрастных групп в качестве основного барьера, препятствующего занятиям физической культурой и спортом, указали: отсутствие свободного времени (за период 2019 – 2023 гг. увеличение показателя составило 12,6%).

В период 2022 – 2023 годы значительно возросло число респондентов, отметивших в качестве барьера отсутствие свободного времени (на 26,3%). Однако сократилось число респондентов, отметивших большую общую нагрузку на работе или дома (-3,4%), и усталость от повседневных дел (-3,8%).

В таблице 17 приводится распределение ответов респондентов за четыре года в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Занимаетесь ли Вы или не занимаетесь физической культурой и спортом?»

Таблица 17 – 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	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Да	56	55,0	60,8	60,0	59,3
Нет	44	45,0	39,3	40,0	40,4

Заметно, что положительная динамика среди всех возрастных подгрупп респондентов (в целом по опросу) наблюдалась лишь в период с 2020 – по 2021 годы. За этот период положительная динамика составила 5,8%.

## 5. Детерминанты и барьеры физкультурно-спортивной активности населения в возрасте в возрасте от 60 и старше

Распределение ответов респондентов в динамике (за период с 2019 по 2023 годы) от 60 лет и старше на вопрос: «Выберите основные причины, по которым Вы занимаетесь физкультурой и спортом платно?» приведено в таблице 18.

Таблица 18 – Распределение ответов респондентов старшего возраста от 60 лет и старше на вопрос: «Выберите основные причины, по которым Вы занимаетесь физкультурой и спортом платно?» (в % от тех, кто занимается спортом платно, до двух ответов)

Варианты ответа	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Нравится программа занятий	12	30,6	20,1	24,5	15,2
Хорошие условия для занятий (оборудование, инвентарь)	19	42,9	37,3	30,5	24,1
Комфортная психологическая атмосфера	18	11,6	13,9	18,9	15,9
Индивидуальный подход на занятии	4	15	8,1	10,0	9,7
Наличие дополнительных услуг (массаж, солярий, парная и другие)	3	12,9	23,4	16,5	9,0
Порекомендовали друзья, знакомые	8	12,9	18,7	19,3	11,7
Нет подходящих бесплатных занятий	15	17	21,5	20,5	32,4
Удобное, подходящее расписание	14	5,4	15,8	14,9	9,0
Круглосуточный режим работы	0	2	3,4	4,4	9,0
Удобное расположение места проведения занятий	33	11,6	21,1	21,3	22,8
Другое	28	2,7	0,0	2,4	15,9
Затрудняюсь ответить	1	1,4	1,0	2,0	6,2

Согласно представленным данным, можно сделать вывод, что основными побудительными мотивами к платным занятиям спортом у всех возрастных групп данной категории в 2023 году являются: хорошие условия для занятий (за период с 2019 по 2023 год показатель увеличился на 5,1%), программа занятий (за этот же период показатель увеличился на 3,2%) и комфортная психологическая атмосфера (однако, этот показатель сократился на 2,1%). Среди других причин наиболее часто респонденты выбирали отсутствие бесплатных занятий (за этот же период динамика составила 17,4%).

За период с 2022 по 2023 годы заметна негативная динамика по показателям: нравится программа занятий (-9,3%), хорошие условия для занятий (-6,4%), комфортная психологическая атмосфера (-3%), порекомендовали друзья (-7,6%).

Распределение ответов респондентов в возрасте от 60 лет и старше (в динамике за 2019 – 2023 годы) на вопрос: «Ради какой цели Вы в первую очередь занимаетесь физкультурой и спортом?» приведено в таблице 19.

**Таблица 19 – Распределение ответов респондентов от 60 и старше на вопрос: «Ради какой цели Вы в первую очередь занимаетесь физкультурой и спортом? (в % от тех, кто занимается спортом, до двух ответов)»**

Вариант ответа	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Поддержать, укрепить здоровье	79	75,2	53,6	48,2	85,8
Сделать здоровым свой образ жизни	20	34,7	29,3	28,7	34,7
Сохранить, улучшить фигуру	9	7,1	13,9	10,1	14,6
Улучшить настроение, получить удовольствие от занятий	16	20,7	18,7	20,3	28,8
Снять усталость, поддержать работоспособность	6	7,6	16,7	22,1	14,0
Встречаться, общаться с друзьями и знакомыми	11	7,4	11,3	9,8	14,1
Испытать свои силы, проверить себя	1	2,5	6,4	4,8	3,3
Развить силу, ловкость и другие физические качества	1	2,5	5,4	5,5	2,1
Улучшить осанку, походку	6	3,8	11,3	8,2	8,6
Достичь определенных спортивных показателей, побед	0	1,1	2,3	2,6	0,7
Уметь постоять за себя	1	0,8	1,5	1,6	0,9
Чтобы нравиться, быть привлекательным	3	1,5	5,4	3,7	2,5
Другое	7	0,6	0,7	0,8	0,2
Затрудняюсь ответить	0	1	1,9	4,8	0,4

Из результатов опроса следует, что главными целями, служащими мотиваторами для занятий физкультурой и спортом опрошенных респондентов старшего возраста от 60 лет и старше являются: укрепить здоровье (за 2019 – 2023 годы положительная динамика составила 6,8%), сделать здоровым свой образ жизни (за этот же период показатель увеличился на 14,7%), а также улучшить настроение и получить удовольствие от занятий (положительная динамика составила 12,8%).

За период 2022 – 2023 годы наблюдается выраженная положительная динамика по показателям: поддержать/ укрепить здоровье (37,6%), сделать здоровым свой образ жизни (6%).

Распределение за 2019 – 2023 годы ответов респондентов в возрасте от 60 и старше на вопрос: «Назовите, пожалуйста, основные причины, почему Вы не занимаетесь физической культурой и спортом?» приведено в таблице 20.

**Таблица 20 – Распределение ответов респондентов от 60 лет и старше на вопрос: «Назовите, пожалуйста, основные причины, почему Вы не занимаетесь физической культурой и спортом?» (в % от тех, кто не занимается спортом, не более трех ответов)»**

Вариант ответа	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Отсутствие свободного времени	15	17	14,0	15,1	17,4
Большая общая нагрузка на работе, дома	10	2	16,6	15,2	4,6
Устаю от повседневных дел	7	24,1	23,3	25,5	21,9
Наличие других интересов/ хобби	6	17,3	10,8	5,4	7,6
Отсутствие или неудобное расположение спортивного зала/ центра/ спортивных объектов	7	5,1	6,8	12,7	3,8
Отсутствие бесплатных секций, занятий	7	6,7	9,7	7,8	4,5
Нет занятий по любимому виду спорта/физкультуры	1	5,4	3,9	3,5	0,4
Высокая стоимость занятий, абонементов, услуг тренера	5	11,3	6,2	5,6	4,1
Состояние здоровья (в том числе медицинские противопоказания, травмы)	43	38,5	31,0	26,4	50,8
Не знаю, как правильно заниматься	0	10,6	6,1	6,9	1,1
Стесняюсь своей фигуры, боюсь показаться нелепым	1	3,6	3,2	3,7	1,6
Нет компании, с кем можно было бы заниматься	8	6,4	7,1	5,6	3,3
Спорт не приносит заметных результатов	0	2,4	3,1	4,6	0,4
Не могу себя заставить	10	9,5	8,1	10,1	10,6
Мне это не нужно, не вижу в этом необходимости	8	11	17,5	14,3	9,4
Не интересуюсь спортом, физической культурой	7	19,8	15,4	13,3	6,5
Страх получить серьезную травму, нанести вред организму	-	-	-	11,0	3,3
Другое	19	0,3	1,9	4,2	2,3
Затрудняюсь ответить	1	3	4,8	5,1	0,4

В качестве основных причин, по которым респонденты 60 лет и старше не занимаются физической культурой и спортом, были названы: состояние здоровья дел (за 2019-2023 годы года положительная динамика составила 7,8%), усталость от повседневных дел (за 2019-2023 годы года положительная динамика составила 14,9%) и отсутствие свободного времени (за этот же период показатель увеличился на 2,4%).

За период 2022 – 2023 годы заметно изменилась динамика показателей. Увеличилось число респондентов, отмечающих среди причин, препятствующих занятиям: отсутствие свободного времени (на 2,3%), состояние здоровья (на 24,4%), наличие других интересов (на 2,2%).

Распределение ответов (за период 2019-2023 гг.) респондентов старшего возраста от 60 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)?» отражены в таблице 21.

**Таблица 21 – Распределение ответов респондентов старшего возраста от 60 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	Всего по опросу				
	2019	2020	2021	2022	2023
Да	55	38,1	50,5	51,2	42,2
Нет	45	61,9	49,5	48,8	57,7

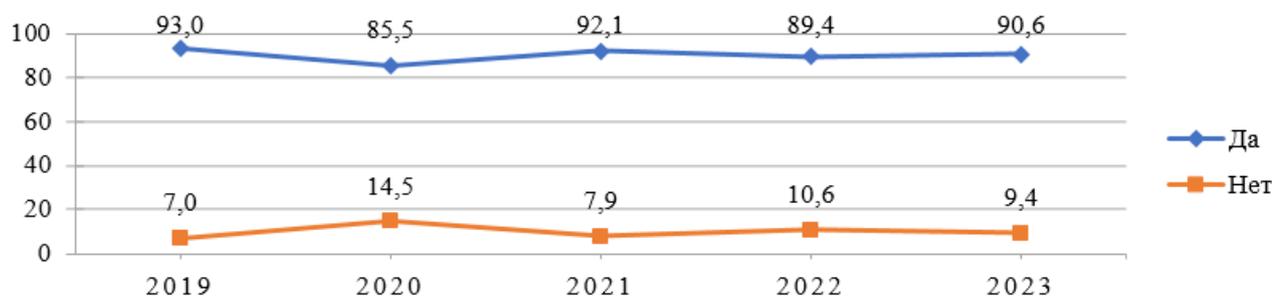
Заметно, что положительная динамика среди всех возрастных подгрупп респондентов (в целом по опросу) наблюдалась лишь в период с 2020 – по 2022 годы. За период 2020 – 2021 годов положительная динамика составила 12,4%.

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%).

Однако с 2022 по 2023 год выражена негативная динамика, количество занимающихся сократилось на 9%.

## 6. Краткие научные выводы

Наиболее активной в отношении к занятиям физической культурой и спортом является когорта молодежи в возрасте 6-29 лет. При достижении трудового возраста (после окончания учебного учреждения среднего или высшего образования), меняется процентная доля занимающихся (в сторону сокращения), что наглядно демонстрируют в динамике рисунки 1 – 4.



**Рисунок 1– Динамика распределения ответов родителей, имеющих детей в возрасте 6-12 лет, на вопрос «Занимается ли Ваш ребенок физической культурой и спортом, учитывая все формы занятий?», %**

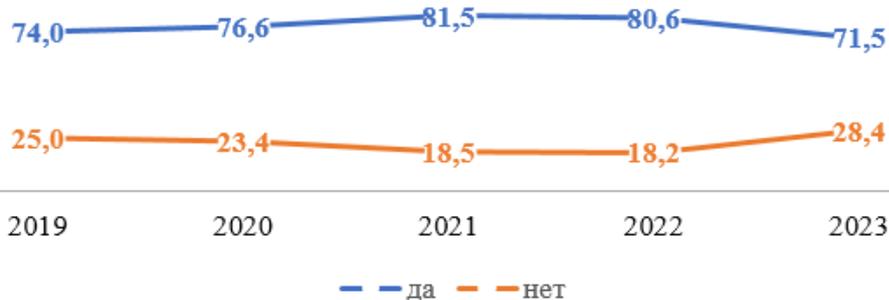


Рисунок 2 – Распределение ответов респондентов в возрасте от 13 до 29 лет на вопрос «Занимаетесь ли Вы или нет физической культурой и спортом?», %

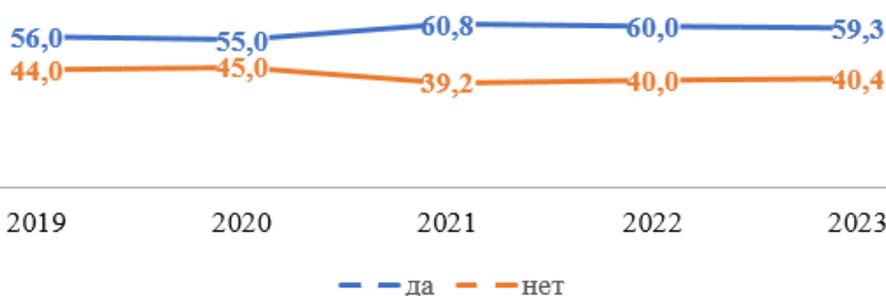


Рисунок 3 – Распределение ответов респондентов в возрасте от 30 до 59 лет на вопрос: «Занимаетесь ли Вы или нет физической культурой и спортом?», %

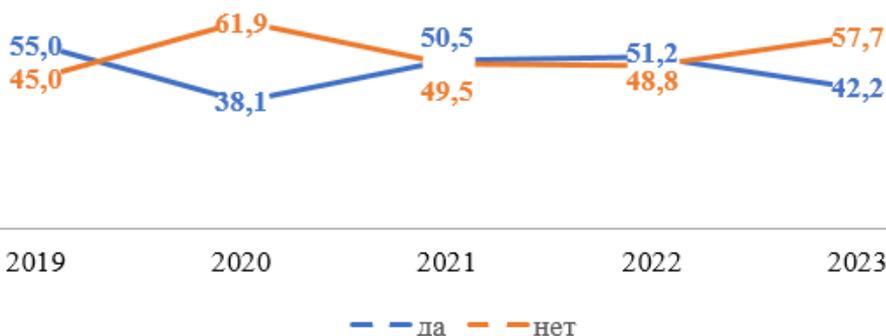


Рисунок 4 – Распределение ответов респондентов в возрасте 60 лет и старше на вопрос: «Занимаетесь ли Вы или нет физической культурой и спортом?», %

Таким образом, физкультурно-спортивная активность россиян находится в корреляции с их возрастом, а значит, находится в зависимости от их физических возможностей. Кроме того, для каждой возрастной группы характерны определенные мотивы к физкультурно-спортивной активности (совокупность социальных, психологических факторов, побуждающих индивида к занятиям).

#### Основные мотивы

Для группы дошкольников в возрасте 3-5 лет, согласно ответам их родителей, основными мотивами следует считать: пример родителей (матери и отца), а также совместные занятия с ребенком. Для

детей в возрасте 6 – 12 лет – также пример родителей (матери и отца) и совместные с родителями занятия, но к этому добавляется еще пример друзей. Для молодежи в возрасте 13 – 29 лет преобладающим мотивом является желание «развить силу, ловкость и другие физические качества». Россияне более старшей возрастной группы (30-59 лет), приступая к занятиям физкультурой и спортом, более всего руководствуются мотивом «сделать здоровым свой образ жизни». Для представителей возрастной когорты от 60 лет и старше наиболее важным мотивом является возможность «снять усталость и поддержать работоспособность». Заметно, что мотивы находятся в зависимости от физического состояния респондентов. Тем не менее, снижение физкультурно-спортивной активности связано с установкой молодежи на дальнейшее формирование образа жизни, где физкультурно-спортивной активности не уделяется достаточно внимания.

### Барьеры для всех возрастных групп

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 том, что некоторые субъективные факторы (барьеры), которые мешают занятиям физической культурой и спортом, носят универсальный характер. Для всех возрастных групп препятствуют регулярным занятиям физической культурой и спортом лень, отсутствие желания заниматься двигательной активностью, негативное отношение семьи, временные и финансовые ограничения.

Специфичными для детей от 3 до 12 лет являются лень, нехватка времени на занятия у родителей, боязнь получить травму, представления о том, что ребенок еще маленький, чтобы заниматься физкультурой и спортом, стереотипы о том, что занятия спортом высоких достижений в случае неудач могут привести к депрессии.

Для подростков, молодежи, людей 30-59 лет и старшего возраста, лиц с ОВЗ особенно актуальны ограничения по здоровью, в отличие от людей более младших возрастов, а также вредные привычки, трудности самоорганизации, осуждение со стороны дальнего окружения.

Объективные факторы, которые снижают вовлеченность в физкультуру и спорт представителей всех возрастных групп, практически одни и те же: далекая расположенность объектов для занятий физкультурой и спортом от места проживания, нехватка специализированных под возраст и состояние здоровья учреждений и специалистов (тренеров/врачей), высокая стоимость занятий.

Кроме того, для родителей детей 6–12 лет в число препятствий входят популярность киберспорта, зависимость от Интернета, распространение гаджетов, слабая информационная кампания по вовлечению в занятия физкультурой и спортом.

Для подростков, молодежи, населения 30-59 лет – особых, специфических для возрастной группы, препятствий нет.

Людям старшего возраста обычно мешает заниматься физкультурой и спортом, помимо прочего, нехватка информации, доступ к которой организован по принципу одного окна.

Для людей с ОВЗ особым препятствием является платная доставка к местам занятий физической культурой и спортом.

Все категории участников обсуждения актуальных проблем в рамках фокус-групп выражали точку зрения, что насильственное вовлечение в занятия физкультурой и спортом не плодотворно, важно заинтересовать людей, чтобы это было их личным желанием. Поскольку на разных ступенях жизни человек вовлечен в разные социальные институты, то и агенты вовлечения на них разные. Для детей 3–5 лет и 6-12 – это детский сад, школа, родители, сверстники, СМИ. Для подростков и молодежи остаются важными образовательные учреждения (школа, университеты, колледжи и прочие) и становится значимым работодателем, если молодой человек выходит на рынок труда. Для населения 30-59 лет и старшего возраста – работодатель, семья, сверстники, медицинская система. Для людей с ОВЗ – медицинская система, друзья, семья.

Вместе с тем, всегда во всех возрастных категориях основное бремя ответственности за вовлечение населения в занятия физкультурой и спортом участниками фокус-групп возлагалось на государство, которое может финансировать популяризацию физической культуры и спорта, заниматься развитием инфраструктуры, рекламировать физкультуру и спорт в СМИ и вводить нормы занятий на работе и в учебных учреждениях, а также улучшать профессиональную подготовку тренеров и врачей, а также повышать доступность, территориальную и ценовую стоимость занятий физкультурой и спортом.

## Сопоставление результатов опроса в 2023 (мотивы и стимулы для каждой возрастной группы)

### Родители детей в возрасте 3-5 лет

Если посмотреть на установки в отношении занятий физкультурой и спортом родителей детей 3–5 лет в динамике, то можно заметить, что они в целом не меняются год от года. Часть родителей стремятся активно вовлекать детей в физическую культуру и спорт в данном возрасте, тогда как другие ждут более старшего и сознательного возраста ребенка для начала занятий спортом.

Родители детей 3–5 лет в целом понимают важность вовлечения детей в физкультуру и спорт и подчеркивают плюсы, которые дают физкультурно-спортивные занятия с раннего детства: поддержание здоровья, формирование личностных качеств, укрепление развивающегося организма. Минусы физкультуры и спорта для этой категории населения в основном заключаются в возможности получения травм ребенком.

В целом год от года не меняются общественные институты, которые родители детей 3–5 лет называют главенствующими в формировании мотивации на занятия физкультурой и спортом: семья и детский сад. Побудительными мотивами для детей 3–5 лет к занятиям физкультурой и спортом выступают получение положительных эмоций, интересный игровой формат занятий, пример родителей и близкого социального окружения.

На протяжении последних четырех лет родители детей 3–5 лет отмечали улучшения условий для занятий физкультурой и спортом, указывая на увеличение количества объектов спортивной инфраструктуры, на повышение их качества и безопасности.

Однако эта инфраструктура нередко располагается далеко от места жительства, что снижает удовлетворенность условиями для занятий ФКИС и является препятствием для вовлечения детей 3–5 лет в спорт.

Судя по материалам фокус-групп за период 2019–2023 годы факторы, препятствующие занятиям физкультурой и спортом, не меняются. Наиболее типичными являются недостаток денежных средств и временных ресурсов у родителей, а также удаленность или отсутствие нужных объектов спортивной инфраструктуры.

### Родители детей в возрасте 6–12 лет

Установки родителей детей 6–12 лет в отношении занятий физкультурой и спортом их детей в целом не меняются. Родители понимают важность вовлечения детей в занятия физкультурой и спортом и отмечают их плюсы: поддержание здоровья, формирование личностных качеств, снижение влияния гаджетов. Минусы занятий физкультурой и спортом для детей 6–12 лет родители видят в основном в возможности получения травм ребенком. В этом плане существенных различий между отношением родителей обеих групп детей к физкультуре и спорту не выявлено.

И в этой возрастной категории населения год от года не меняются общественные институты, которые родители детей 6–12 лет называют главенствующими в формировании мотивации на занятия физкультурой и спортом: семья и школа. Детей 6–12 лет побуждают заниматься физкультурой и спортом такие факторы как: получение положительных эмоций, интересный игровой формат занятий, пример родителей и сверстников, вовлеченные преподаватели физкультуры. В отличие от более ранних наблюдений в 2023 году родители указывали на важность просмотра информации популярных блогеров, придерживающихся спортивного образа жизни, так как дети нередко ориентируются именно на них.

Родители детей 6–12 лет отмечают широкую вариативность при выборе спортивных секций и обеспечение качественной инфраструктуры для вовлечения детей в занятия физкультурой и спортом. На протяжении последних четырех лет они указывали на улучшение условий для занятий спортом, увеличение количества объектов спортивной инфраструктуры. Однако эта инфраструктура нередко находится далеко от места жительства, спортивные объекты расположены не оптимально, что повышает временные издержки родителей и снижает удовлетворенность условиями для занятий физкультурой и спортом.

Аналогичная картина характерна и для детей в возрасте 6–12 лет: с 2019 по 2023 год - препятствия в этой группе не менялись. Родители детей 6–12 лет отмечали, что их детям мешают заниматься физкультурой и спортом такие факторы, как недостаток денежных средств и временных ресурсов у семьи, удаленность или отсутствие необходимых объектов спортивной инфраструктуры, нежелание самих детей вовлекаться в физкультуру и спорт и их высокая загруженность в школе.

### Население в возрасте от 13 до 29 лет

Практики и представления подростков о физкультуре и спорте остаются довольно стабильными в динамике 2020–2023 годов. Несмотря на объединение возрастных групп подростков с молодежью в 2023 г., которое, казалось бы, нарушает логику проведения фокус-групповых исследований в прошлые годы, где эти группы рассматривались отдельно, у подростков и молодежи были обнаружены в 2023 году и на протяжении нескольких лет фокус-групп схожие с друг другом потребности в занятиях физкультурой и спортом, а также такой же разброс по степени вовлеченности в спорт и физическую культуру: от регулярных занятий до отсутствия подобной ак-

тивности. Физкультура вызывает у людей 13–17 лет в основном ассоциации с образовательными учреждениями, поэтому нередко воспринимается как принуждение, несмотря на ее пользу. Спорт же рассматривается ими как свободно выбираемая деятельность, которая хотя и может сопровождаться травмами, но на любительском уровне необходима в силу различных причин.

В целом, у подростков занятия физкультурой и спортом связаны с положительными ассоциациями, а именно с возможностью повышения качества здоровья, улучшения внешнего вида, эмоционального состояния, выработки определенных черт (самодисциплина, сила воли), а также с расширением и укреплением социальных связей. В качестве негативных сторон участники фокус-групп называли отмеченные выше риски получения травмы вследствие чрезмерных нагрузок, негативные эмоции от недостаточной вовлеченности в физкультуру и спорт или проигранных соревнований, а также значительные затраты временных ресурсов. К последнему пункту у молодежи 18–29 лет добавляется необходимость затрачивать финансовые ресурсы, на что подростки 13–17 лет, как правило, не обращали внимания.

С точки зрения распространенности физической культуры и спорта в России среди представителей данной возрастной категории заметны расхождения. В 2023 году в объединенной группе и 2022 году как в группе участников 13–17 лет, так и в группе 18–29-летних, высказывалось мнение о возрастающей моде на спорт и наличии большого количества вовлеченных в занятия физкультурой и спортом среди их окружения. В первой возрастной группе это объясняется активной пропагандой здорового образа жизни государством и СМИ, во второй же отмечается, что именно с увеличением возраста приходит осознание того, что спорт является необходимостью для поддержания своего здоровья и привлекательного внешнего вида. В предыдущие годы мнения о распространении спорта в их окружения разделялись примерно в равных долях на тех, кто мог и кто не мог назвать большинство в своей возрастной группе однозначно спортивным.

На протяжении анализируемого периода подростки и молодежь 13–29 лет, участвовавшие в исследовании в фокус-группах, сохраняют представления о том, какие общественные институты являются главенствующими в формировании мотивации на занятия физкультурой и спортом. К ним, прежде всего, относятся государство, СМИ, известных людей (профессиональные спортсмены или те, кто ведет здоровый образ жизни и занимается физкультурой и спортом). Реже упоминались работодатели. Государству отводится роль популяризации спорта, создания соответствующей инфраструктуры в населенных пунктах. Среди подростков 13–17 лет в процессе обсуждения отмечалось позитивное влияние родителей на вовлечение их в занятия физкультурой и спортом. В 2022 и 2021 годах в качестве стимулирующего фактора выделялся комплекс ГТО, который воспринимался как полезное нововведение, при этом подчеркивалось, что он не должен быть принудительным.

С течением времени не меняется перечень предлагаемых мер, касающихся популяризации спорта. Стоит отметить, что каждый раз делается акцент на важности поиска собственной индивидуальной мотивации при занятии физкультурой и спортом. В то же время участники дискуссий в разные годы отмечали стимулирующую функцию бесплатных мероприятий, куда стоит приглашать известных для подростков и молодежи медийных личностей и спортсменов, а также транслировать все это в СМИ и социальных сетях. Также подчеркивалась важность финансовых стимулов для занятия спортом, которые могут выражаться как в субсидировании посещения спортивных секций и мероприятий, так и в бонусах и премиях за активное участие в спортивных занятиях и состязаниях. Предложения о повышении доступности и совершенствовании спортивной инфраструктуры оставались востребованным на протяжении 2020–2023 годов.

На протяжении анализируемого периода причины неудовлетворенности участников фокус-групп в возрасте 13–29 лет условиями для занятий физкультурой и спортом менялись. С одной стороны, в 2019, 2020 и 2023 гг. было отмечено, что спортивные возможности регионов не одинаковы, поскольку в части территорий отсутствует нужная инфраструктура для занятий физкультурой и спортом. С другой стороны, в 2021–2022 гг. сообщалось о достаточной оснащенности территорий РФ спортивными объектами и не удовлетворены были участники фокус-групп тем, что сужено разнообразие видов спорта, которыми может заниматься россиянин, а также тем, что правила эксплуатации общедоступных снарядов публично не разъясняются. Общим предметом неудовлетворенности условиями для занятий физкультурой и спортом для всех лет, в которые проводились фокус-группы, был денежный фактор – то есть высокая стоимость занятий, однако подростки и молодежь отмечали, что наличие Интернета способно сглаживать данную проблему, делая занятия физкультурой и спортом доступными для людей с низким достатком.

Факторами, препятствующими занятиям физкультурой и спортом подросткам и молодежи 13–29 лет на протяжении всего анализируемого периода являются лень, нехватка времени, проблемы со здоровьем, отсутствие или недоступность спортивной инфраструктуры, травмы, мешающие заниматься спортом. Подростки 13–17 лет на фокус-группах в 2020–2023 годах отмечали отсутствие четкой мотивации и быстрое изменение интересов в процессе взросления, а также такой фактор, как боязнь осуждения со стороны тренера или других

участников спортивных секций и мероприятий. Среди молодежи 18–29 лет также отмечался социальный фактор, однако он связан с боязнью общественного осуждения в целом. Кроме того, в данной группе назывались такие барьеры, как высокая цена на занятие физкультурой и спортом, нехватка времени, вредные привычки, которые отвлекают от занятий.

#### Население в возрасте от 30 до 59 лет

Установки населения 30–59 лет относительно практик и представлений о физической культуре и спорте остаются, в целом, стабильными в динамике 2019–2023 годов. На протяжении анализируемого периода участники фокус-групп в возрасте 30–59 лет говорили о различных типах вовлеченности в спорт и физическую культуру: от систематических занятий до минимальной активности. Занятия физкультурой и спортом в данной возрастной группе вызывают в целом положительные ассоциации, связанные с повышением качества здоровья, уровня жизни, красоты и формирования определенных черт (дисциплинированности, силы воли). Среди минусов чаще всего назывались травмоопасность, восприятие спорта как тяжелой нагрузки, дороговизна занятий, нехватка времени.

В 2023 и 2022 годах население 30–59 лет стало чуть более пессимистично, по сравнению, например, с 2021 годом, смотреть на моду на физическую культуру и спорт с точки зрения ее восприятия как стимула к физической активности. В частности, в ранее анализируемые периоды участники фокус-групп отмечали, что занятия спортом не зависят от того или иного модного течения несмотря на то, что фиксируется тренд на развитие спорта в стране. С модой связывалось обилие спортивных онлайн-курсов, появившихся благодаря вынужденной самоизоляции в контексте пандемии COVID-19. Тем не менее, ни в один представленный период (включая 2023 год) население 30–59 лет не могло назвать большинство в своей возрастной группе однозначно спортивным.

На протяжении анализируемого периода для населения 30–59 лет основными мотивами к занятиям физкультурой и спортом продолжали быть следующие: внешний вид, здоровье, долголетие, спортивный азарт, поддержание социальных связей, поиск новых знакомых, личностное развитие, достижение целей. В качестве институтов, ответственных за вовлечение в занятия физкультурой и спортом, население 30–59 лет стабильно выделяло работодателей, семью, институты образования, городскую администрацию и, в целом, институты, позволяющие формировать особый привлекательный образ физкультуры и спорта у населения. Перечень предложенных мер, касающихся популяризации спорта, расширился к 2023 году и включил в себя более подробные идеи о создании положительного образа спорта и физкультуры через организацию спортивных мероприятий и повышение информированности о них. Предложения о повышении доступности и совершенствовании спортивной инфраструктуры оставались востребованным на протяжении 2019–2023 годов.

Согласно материалам фокус-групп за период 2020–2023 годы, уровень удовлетворенности условиями для занятий физкультурой и спортом в группе населения в возрасте 30–50 лет варьировал год от года. Так, участники фокус-групп в 2023 году были более пессимистичны в оценке спортивной инфраструктуры и в целом условий для занятий физкультурой и спортом по сравнению с участниками фокус-групп в 2020 году и 2022 году. В 2023 году, судя по выступлениям, участникам фокус-групп особенно не хватало информации о предстоящих спортивных мероприятиях и праздниках. Дороговизна занятий остается причиной неудовлетворенности людей 30–59 лет на протяжении всех четырех лет.

По мнению участников фокус-групп, факторами, препятствующими занятиям физкультурой и спортом, на протяжении всего анализируемого периода являются лень, нехватка времени, проблемы со здоровьем, дороговизна занятий, отсутствие или недоступность объектов спортивной инфраструктуры, а также социальные факторы, связанные с подверженностью давлению общественного мнения. В 2022 и 2023 годах к числу барьеров также добавилась неблагоприятная экологическая среда.

#### Население 60 лет и старше

Если посмотреть на установки участников фокус-групп в возрасте 60 лет и старше в отношении физкультуры и спорта в динамике, то можно заметить, что они менялись незначительно. На протяжении многих лет эта возрастная категория, участвуя в фокус-группах, показывает себя неоднородной с точки зрения вовлечения в занятия физкультурой и спортом. И причины низкой вовлеченности практически всегда одни и те же: здоровье или занятость прочими делами. Усилия государства по популяризации физической культуры и спорта люди 60 лет и старше видят, но считают эти усилия не очень эффективными, потому что физкультура и спорт не популярны среди населения.

Судя по материалам фокус-групп, в целом год от года мнение людей в возрасте 60 лет и старше о влиянии социальных институтов на вовлеченность населения в занятия физкультурой и спортом не меняется. В число основных институтов входят семья, государство, образовательная система, работодатель. Что же касается инструментов стимулирования, то это мероприятия и информирование о возможностях занятий физкультурой

и спортом и полезности данного вида деятельности, а также льготы, массовые социальные кампании. Вместе с тем, можно отметить, что объем предложений и их вариативность сужаются год от года, то есть как будто становится все меньше идей о том, как заинтересовать представителей старшего поколения занятиями физкультурой и спортом.

До 2022 года включительно наблюдался рост позитивного отношения к спортивной инфраструктуре, созданной в населенных пунктах для занятий физкультурой и спортом людьми 60 лет и старше. В частности, отмечалось, что появляется много разных объектов для занятий физической культурой и спортом. Ситуация 2023 года схожа с ситуацией 2020 года: представители старшего поколения не удовлетворены инфраструктурой для занятия физкультурой и спортом. Однако по сравнению с 2020 годом причины неудовлетворенности расширились: помимо недостатка количества объектов и высокой стоимости занятий, упоминалось, что построенные сооружения не отвечают запросам людей старшего возраста, они нередко находятся в неудовлетворительном состоянии. Также ощущается нехватка квалифицированного персонала, умеющего работать с пожилыми людьми.

На протяжении анализируемых лет, судя по высказываниям участников фокус-групп, факторы - препятствия не менялись. Это всегда лень, низкий достаток, проблемы со здоровьем, мало свободного времени, вредные привычки и влияние окружения.

Изложенные выше данные свидетельствуют о том, что, по мнению респондентов, важнейшее значение с точки зрения вовлеченности в занятия физкультурой и спортом имеют место объективные факторы (по крайней мере, с точки зрения наличия спортивных сооружений).

Комплексный научный анализ показывает, однако, что приоритетное значение в комплексе факторов, негативно влияющих на деятельность человека (в том числе его физкультурно-спортивную активность), имеют не внешние (объективные) факторы – наличие условий для этой деятельности, а внутренние факторы – социально-психические явления, которые характеризуют субъективное отношение человека к данной деятельности. Влияние внешних (объективных) факторов на включение человека в деятельность состоит в основном в том, что они создают позитивные или негативные (в той или иной степени) условия для этой его активности. Но, эти факторы осмысливаются человеком и преломляются в его сознании, формируя такие внутренние (субъективные) факторы влияния на активность в деятельности, как позитивная или негативная субъективная оценка деятельности, ориентация на те или иные ее ценности, соответствующая мотивация (сильная или слабая) на включение в деятельность, интерес к ней, потребность участия в ней, соответствующие позитивные эмоции и т.д. Именно эти факторы в первую очередь определяют влияние и внешних (объективных) факторов на вовлечение человека в деятельность и степень этой его активности [13].

Однако информация, полученная на основе социологических опросов в 2020-2023 гг., свидетельствует о недостаточно высокой и ограниченной по содержанию ценностной ориентации респондентов на физкультурно-спортивную деятельность, мотивации на эту деятельность.

Поэтому для реального и эффективного повышения физкультурно-спортивной активности (особенно в свободное время) населения в первую очередь необходимо совершенствование работы по формированию у них позитивного субъективного отношения к физкультурно-спортивной деятельности и прежде всего повышению уровня мотивации на нее с учетом всех ценностей этой деятельности.

В этом плане при организации физкультурно-спортивной активности важно учитывать не только клинико-биологические особенности занимающихся (например, особенности их здоровья, пропорции тела, рост, вес, возраст), но и особенности их личности, окружающей его среды, характер взаимоотношений с окружающими. Владение этой информацией поможет тренеру (инструктору) осуществить эффективный индивидуальный подход к организации занятий, избежать таких действий, которые могут негативно оцениваться занимающимися.

Особо важное значение приобретает поиск и внедрение в практику таких форм организации физкультурно-спортивной деятельности, которые содействуют повышению личностного и социокультурного значения этой деятельности.

С этой точки зрения, прежде всего, необходим поиск и внедрение в практику таких форм физкультурно-спортивной деятельности, которые способны наиболее полно и эффективно удовлетворить разнообразные индивидуальные потребности людей в занятиях физкультурой и спортом и тем самым повысить для них привлекательность данных занятий. Важно также усилить внимание к эмоциональным, эстетическим, нравственным и другим аспектам занятий физкультурой и спортом, способным усилить интерес человека к этим занятиям, шире применять такие формы занятий, в ходе которых в качестве основной (а не побочной) как занимающиеся, так и организаторы, ставят задачу использовать эти занятия не только для оптимизации физического состоя-

ния, укрепления здоровья, но вместе с тем для рекреации и реабилитации, общения, для эстетического, нравственного, экологического воспитания, целостного развития личности.

Необходим поиск и таких форм (моделей) организация физкультурно-спортивной деятельности, которые позволяют более эффективно и полно решать социокультурные задачи – формировать мировоззрение человека, патриотизм, гражданское сознание. Так, например, проведение занятий физкультурой и спортом в условиях природной среды (вне помещения) содействует бережному и рациональному отношению к природе.

Необходим поиск и других инновационных форм (моделей) физкультурно-спортивной деятельности.

## Литература

1. Блеер, А.Н. Формирование нравственного и духовного здоровья личности средствами физической и спортивной культуры: монография / А.Н. Блеер, С.Д. Неверкович, А.А. Передельский. – М., 2012. – 219 с.
2. Ефимова Н.В., Мыльникова И.В., Иванов А.Г. Оценка физической подготовленности учащихся Иркутской области (по данным мониторинга) // Фундаментальные исследования. – 2015. – № 7-4. – С. 675–678. – URL: <https://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=38799> (дата обращения: 01.03.2023).
3. Журавлева, И.В. Здоровье подростков: социологический анализ / И.В. Журавлева. – Москва : Изд-во Ин-та социологии РАН, 2002. – 240 с.
4. Заболеваемость детей в возрасте от 5 до 15 лет в Российской Федерации / Л.С. Намазова-Баранова, В.Р. Кучма, А.Г. Ильин, Л.М. Сухарева, И.К. Рапопорт // Медицинский совет. – 2014. – № 1. – 6–10 с.
5. Здоровье студентов: социологический анализ / отв. ред. И.В. Журавлева; Институт социологии РАН. – М., 2012. – 252 с.
6. Концепция профилактики наркомании среди детей, подростков и молодежи средствами физической культуры и спорта // Вестник Госкомспорта России. – 2003. – № 4. – С. 89–120.
7. Приказ Минпросвещения России от 14.05.2021 № 251 «Об утверждении качественных и количественных показателей эффективности реализации Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.
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., 2019. – 620 с. – № НИОКТР. АААА-А19-119042290098-5
9. 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
10. 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.
11. 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., 2022. – 1512 с. – № НИОКТР АААА-А19-119042290098-5.
12. Столяров В. И. Спортивная наука как интегративная дисциплина: история, современное состояние, пути совершенствования: Монография. в 2 кн. Кн. 2 / В. И. Столяров. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2023. – 363 с.
13. Столяров В.И., Окуньков Ю.В. Современные проблемы физкультурно-спортивной активности дошкольников: социологический анализ/ под общ. ред. проф. Столярова В.И. – М.: Спорт, 2019. – 320 с.
14. 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», 2022. – 339 с.
15. Физическая культура и спорт – средство физического, духовно-нравственного развития школьников и учащейся молодежи: монография / под. ред. Л.Д. Назаренко. – Ульяновск: УлГПУ им. И.Н. Ульянова, 2012. – 191 с.
16. Физкультурно-оздоровительные технологии профилактики девиантного поведения учащейся молодежи: монография / В.А. Кабачков, М.Н. Жуков, В.А. Куренцов, Е.И. Перова. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2013. – 287 с.