

DOI: 10.19181/population.2022.25.1.14

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ

Танатова Д. К*, Королёв И. В., Леонтьева Т. В.

Российский государственный социальный университет
(129226, Россия, Москва, ул. Вильгельма Пика, 4, стр. 1)

*E-mail: dktanatova@mail.ru

Финансирование:

Подготовлено в рамках НИР на тему «Социологический опрос для определения индивидуальных потребностей (мотивации) всех категорий и групп населения в условиях для занятий физической культурой и спортом и препятствующих им факторов» по договору с ФГБУ «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» № 0373100110421000008 от 11 мая 2021 года.

Для цитирования:

Танатова Д. К., Королёв И. В., Леонтьева Т. В. Физическая культура и спорт в жизни российского населения // Народонаселение. – 2022. – Т. 25. – № 1. – С. 167-176. DOI: 10.19181/population.2022.25.1.14.

Аннотация. *Вовлеченность населения в занятия физической культурой и спортом определяют уровень общественного здоровья. Российским государством сегодня взят курс на привлечение россиян всех возрастов к физкультурно-спортивной активности. Однако, повсеместное внедрение физкультурно-спортивных практик в повседневную жизнь требует четкого понимания мотивов и стимулов населения к занятиям физической культурой и спортом, а также выявления барьеров, которые препятствуют проявлению физкультурно-спортивной активности. В статье представлены результаты социологического исследования, цель которого в определении мотивов и стимулов населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом, а также факторов, препятствующих занятиям физической культурой. Анализ социальной ситуации в сфере физической культуры и спорта основывается на результатах проведенных 16 фокус-групп с различными категориями населения (от родителей детей 3–5 лет до людей старше 60 лет), проживающих в городах России. Показано, что у подавляющего большинства подростков, молодежи, людей среднего и старшего возрастов, родителей детей сформированы установки для регулярных занятий физкультурой. Однако они не всегда реализуются, вследствие наличия ряда барьеров. В их числе — высокая стоимость спортивных секций и абонементов в тренажерные залы, недостаток специализированных спортивных организаций и отсутствие необходимого инвентаря в них, высокая занятость населения трудовой, образовательной и хозяйственно-бытовой деятельностью, опасения за жизнь и здоровья своего ребёнка, боязнь больших физических нагрузок и хронические заболевания, психологические барьеры, а также стереотипы: подростки испытывают стеснение, связанное с наличием незнакомых зрителей в зале, население среднего и старшего возрастов опасаются осуждения со стороны других людей, боятся выглядеть нелепыми. Результаты исследования могут лечь в основу разработки мер мотивации населения к занятиям физической культурой и спортом, а также мер преодоления барьеров, препятствующих физкультурно-спортивной активности россиян.*

Ключевые слова: спорт, физическая культура, установки, потребности, препятствия, здоровый образ жизни.

© Танатова Д. К., Королёв И. В., Леонтьева Т. В., 2022.

Введение

Развитию физической культуры и спорта в России на федеральном и региональном уровнях в последние годы уделяется значительное внимание. Ежегодно проводятся мероприятия с целью активного развития массового спорта, привития физической культуры с детских лет, поддержания интереса к физическим упражнениям среди граждан старшего возраста. По данным ВЦИОМ, 24% россиян занимаются спортом регулярно¹. По данным исследования Ipsos, большинство россиян (58%) хотели бы посвящать больше времени физическим упражнениям, но на это у них не хватает времени, финансовых средств².

Сегодня существует несколько государственных программ, направленных на развитие физической культуры и спорта в России, которые успешно реализуются. Среди них: государственная программа «Развитие физической культуры и спорта», основной задачей которой является повышение мотивации граждан к регулярным занятиям физической культурой и спортом и ведению здорового образа жизни³; Федеральный проект «Спорт — норма жизни», включённый в национальный проект «Демография», который ставит своей целью к 2030 г. увеличить количество систематически занимающихся физической культурой и спортом жителей России до 70%⁴.

Усиленное внимание государства к физкультурно-спортивной теме напрямую связано с важными демографическими показателями⁵. По данным Министерства здравоохранения России, за 2020 г., продолжи-

тельность жизни снизилась на 1,84 года по сравнению в предыдущим годом и составила 71,5 года⁶. Снижение этого показателя, а также ухудшение общего здоровья населения и физического развития подрастающего поколения, ещё раз подтверждает тезис о том, что нужно интенсифицировать не столько спорт высоких достижений, сколько спорт и физкультуру для укрепления здоровья всего российского населения.

По мнению А.А. Илюхина, именно физкультурно-спортивная активность человека определяет его здоровье, позволяет держать мышцы в тонусе, избавляться от жировых отложений, выглядеть стройным и красивым [1, с. 609]. Как подчеркивается Понамаревым И.Е. [2], массовый спорт является спортом, который доступен всем слоям населения и служит основой здорового образа жизни, поддержания здоровья. При этом Л.Г. Пашенко, ссылаясь на материалы многочисленных отечественных и зарубежных исследований, указывает на то, что физическая активность показана как людям молодого, так и зрелого возраста [3, с. 177]. С этим положением соглашаются А.С. Голобоков, М.С. Наумова, считая, что физкультурно-спортивная активность должна сопровождать человека на протяжении всей его жизни — с раннего возраста и до старости [4, с. 325]. Однако, вовлечение широких слоев населения в занятия физической культурой и спортом не может быть произведено без понимания мотивационных механизмов физкультурно-спортивной активности, а также причин, препятствующих проявлению этой активности. В свою очередь выявление мотивов и барьеров возможно лишь с помощью научно обоснованных методов, например, социологических опросов.

Методика и организация исследования

В настоящее время получить представление о тенденциях в физкультурно-спортивной вовлеченности российского населения позволяют данные социологических исследований, которые публикуют россий-

¹ Спортивная Россия. Материалы всероссийского опроса ВЦИОМ. — URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/sportivnaja-rossija> (дата обращения: 06.10.2021).

² Глобальный взгляд на занятие спортом. Материалы исследования Ipsos. — URL: <https://www.ipsos.com/ru-ru/global-views-to-sports-2021> (дата обращения: 06.10.2021).

³ Государственная программа Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта». — URL: <https://minsport.gov.ru/activities/federal-programs/fiz-ra-i-sport-skryt/26377/> (дата обращения: 06.10.2021).

⁴ Федеральный проект «Спорт — норма жизни». — URL: <https://norma.sport/> (дата обращения: 06.10.2021).

⁵ Данные Росстата. — URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/12781> (дата обращения: 06.10.2021).

⁶ Здравоохранение Российской Федерации. Итоги 2020 года. — Москва: Минздрав РФ, 2021. — С. 180.

ские учёные. Например, Т. С. Соловьева показывает уровень физической активности и мотивированности городского населения к занятиям физической культурой и спортом [5], С. С. Оганнисян и Е. Б. Рябкова представляют данные о региональном аспекте физкультурно-спортивной активности населения [6]. ВЦИОМ регулярно размещает материалы о роли спорта в жизни россиян⁷. Имеются и другие источники количественных данных об отношении российского населения к физической культуре и спорту. Эти данные представляют интерес, так как позволяют судить о доле распределения физкультурно-спортивных установок населения, процентных соотношениях россиян, вовлеченных и не вовлеченных в занятия физической культурой и спортом. Однако, количественный анализ не позволяет увидеть проблему глазами конкретного человека, заглянуть в её глубину. Решить эту задачу возможно качественными социологическими методами, одним из которых является метод фокус-групп. Он использовался исследовательской группой Российского государственного социального университета (РГСУ) при проведении в июне-июле 2021 г. социологического исследования, цель которого состояла в выявлении среди населения мотивов и стимулов к систематическим занятиям физической культурой и спортом, а также механизмов формирования индивидуальных потребностей к занятиям спортом, факторов, препятствующих занятиям физической культурой⁸.

⁷ Россия – спортивная страна! – URL: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=10001>. (дата обращения: 19.10.2021).

⁸ Группы были сформированы в 16 российских городах, различающихся по региональной принадлежности. В число респондентов вошли жители городов Кострома, Ростов-на-Дону, Белгород, Саранск, Новосибирск, Волгоград, Севастополь, Сочи, Пятигорск, Иваново, Москва, Санкт-Петербург, Анапа, Петрозаводск, Курск, Челябинск. Число участников в каждой фокус-группе не менее 12 человек по шести возрастным категориям: 1) родители детей в возрасте от 3 до 5 лет; 2) родители детей в возрасте от 6 до 12 лет; 3) дети и подростки в возрасте от 13 до 17 лет; 4) молодёжь 18–29 лет; 5) население среднего возраста 30–59 лет; 6) граждане старше 60 лет. Для проведения исследования был использован инструментарий, содержащий адаптированные для каждой возрастной группы вопросы для обсуждения и апробированный в аналогичном исследовании 2020 г. [7]. В связи с эпидемиологической ситуацией в стране интервью проводились на платформе Skype

Результаты исследования

Ассоциативный ряд, возникающий у всех категорий населения при упоминании слова «спорт», свидетельствует о том, что физкультурно-спортивная активность в сознании людей связана с удовлетворением потребности в красоте и здоровье. Кроме того, спорт ассоциируется с позитивными качествами человека: сила, воля, жизненная энергия. В повседневной жизни физическая культура и спорт имеет значение у всех возрастных групп, но интенсивность и регулярность спортивных занятий сильно различаются среди этих групп, и зачастую, расходятся с внутренними желаниями и конкретными действиями индивидов.

Родители детей 3–5 лет. По мнению родителей, удовлетворение потребностей 3–5 летних детей в физкультурно-спортивной активности возможно лишь при систематических занятиях физической культурой и спортом. Родители стараются обеспечить своим детям регулярные физические нагрузки. При формировании режима они учитывают возрастные особенности: общее количество спортивных занятий не должно превышать двух-трех занятий в неделю—Олеся (Ростов-на-Дону): *«Нельзя заставлять через силу заниматься, ну дети тоже устают, им хочется и погулять, и поболтать, и что-то еще поделать»*; Олег (Кострома): *«Я считаю, что до 7 лет не больше двух раз в неделю занятия, потому что садик, школы, иммунитет всё равно будет гулять туда-сюда»*; Виктор (Ростов-на-Дону): *«Для общего физического развития достаточно 2–3 тренировок в неделю»*.

Несмотря на ориентированность родителей на приобщение детей 3–5 лет к физкультуре и спорту, есть ряд препятствий. Наиболее часто упоминаемым среди них является экономическая составляющая— спортивные секции, кружки, физкультурно-спортивные объекты, предоставляющие спортивные услуги, делают это на коммерческой основе. Для части родителей представляется затруднительным выделять из семейного бюджета сумму, необходимую для регулярных спортивных занятий ре-

с одновременным выходом в сеть всех участников группы.

бенка — Олеся (Ростов-на-Дону): «Главный вопрос — это материальный. Бесплатные секции должны быть при школах, при детских садах»; Евгения (Ростов-на-Дону): «Детский спорт не очень доступен материально, финансово, потому что это достаточно крупные деньги». Родители опасаются, что если у ребенка будут спортивные успехи, то семье придётся нести существенные издержки, чтобы его поддержать — Дмитрий (Ростов-на-Дону): «Тренер начинает говорить, что ребёнок прекрасный, давайте участвовать во всяких соревнованиях. А государство денег не выделяет, поэтому постоянно приходится из своего кармана уже такие, серьёзные инвестиции вкладывать».

Родители детей 6–12 лет. Условия физкультурно-спортивного режима, который удовлетворяет детей 6–12 лет и их родителей, варьируются по объёму двигательной нагрузки на ребенка — Дмитрий (Белгород): «Девочки у нас на плавание ходят два раза в неделю по 40 минут у них сеансы, танцы у нас три раза в неделю час-полтора каждое занятие, шахматы тоже два раза в неделю час-полтора занятия. Младший, который только начал на карате ходить, у них три раза в неделю занятия по часу». Важно отметить, что родители стремятся обеспечить своим детям возможность регулярно проявлять физкультурно-спортивную активность — Татьяна (Саранск): «Три раза в неделю: понедельник, среда и пятница. Занятия длятся по часу»; Анатолий (Белгород): «У нас получается 3 раза в неделю по часу, и дополнительно могут быть занятия, максимум 4 раза в неделю по час-полтора».

В представлении родителей детей 6–12 лет идеальным графиком тренировок является такой режим, при котором дети получают разностороннее спортивное развитие при достаточном для этого объёме двигательной активности. При этом родители замечают, что необходимо учитывать возможности ребенка — Сергей (Саранск): «Хочется, чтобы ребёнок был весь занятый в чём-то. Но нужно рассчитывать физические силы ребёнка, хватит ли на это его».

Не всем родителям удаётся сформировать для своих детей 6–12 лет идеальный

график физкультурно-спортивных занятий. Некоторым родителям выстроить оптимальный график тренировок не позволяет загруженность ребёнка в школе — Анна (Белгород): «Когда школа заканчивается в 3 часа дня, то не будет никакого идеального графика. Это больше похоже на какие-то бега, ты прибегаешь из школы, бежишь, что-то делаешь и убегаешь на спорт». Кроме того, дети 6–12 лет требуют участия родителей в своей спортивной жизни. Родителям приходится сочетать детские занятия физкультурой и спортом с собственной загруженностью на работе и в быту. Это обстоятельство также влияет на объём детской двигательной активности — Татьяна (Белгород): «В моём идеальном представлении 2–3 раза в неделю максимум 2 часа в день, больше у меня терпения не хватило бы водить»; Анастасия (Белгород): «Мне кажется, самая главная проблема для многих родителей, у которых нет возможности водить детей на спорт и отдавать на какие-то занятия — это отсутствие времени, в связи с работой в полном графике и в связи с отсутствием помощи со стороны родственников»; Татьяна (Саранск): «Если куда-то водить, это очень много забирает времени, вообще вот, дорога. Если допустим занятия и тренировка по полтора-два часа, плюс ещё два часа на дорогу». Фактором, снижающим мотивацию родителей к вовлечению детей 6–12 лет в физкультурно-спортивную активность, является опасение за их здоровье, которое может быть подорвано травмами — Анастасия (Белгород): «Для меня самый главный негативный фактор — это возможность различных травм, которые могут негативно повлиять на дальнейшую жизнь».

Кроме того, родители указывают на то, что детский спорт коммерциализирован и поэтому недоступен — Ольга (Белгород): «Спорт у нас не бесплатный. Это его основные проблемы, потому что, чтобы ребенок занимался спортом профессионально, надо все сборы, формы, и это все за счёт родителей, и даже если ребенок талантливый, а у родителей нет возможности, то у него не будет дороги вперед». При этом предлагаемые детям бесплатные спортивные занятия не мо-

гут по качеству конкурировать с платными секциями — Ольга (Белгород): «Физкультура, шахматы. Есть ещё баскетбол в рамках секций. Как правило, это не тот уровень, если говорить о серьёзных занятиях спортом. Это просто чтобы ребёнок научился играть в баскетбол. Но если мы говорим о спорте, то для меня спорт — это что-то большее, чем занятия на физкультуре».

Ограничивают возможности родителей в приобщении детей 6–12 лет к физической культуре и спорту инфраструктурные проблемы. При том, что спортивных объектов в городе может быть довольно много, их расположение родителям кажется неудобным — Сергей (Саранск): «Хорошие кружки находятся реально в других районах, это занимает опять же таки время». В связи с этим родители не могут водить детей в ту секцию, которая им кажется наиболее подходящей для детей — Дмитрий (Саранск): «Скорее всего, в какую-нибудь школу боевых искусств отдал бы своего ребёнка, но если отдавал бы, то только опять же в какой-то ближайший к транспорту. Потому что, много времени отнимает добирание до места».

Подростки 13–17 лет. Респонденты этой возрастной группы отмечают, что они занимаются физической культурой и спортом на любительском уровне, а основное различие между профессиональным и любительским спортом видят в количестве тренировок и профессиональном уровне тренера. Те подростки, которые занимаются спортом на профессиональном уровне, отмечают, что это забирает всё их свободное время и силы — Сергей (Волгоград): «Я занимаюсь в режиме две тренировки в день. Приходится этим жить. На другое времени не хватает. Всё время я в зале».

К факторам, препятствующим занятиям спортом и физической культурой, по мнению подростков относятся: 1) лень — Наталья (Новосибирск): «Я думаю, что самая распространённая проблема — это самая обычная лень, потому что люди не всегда находят в себе силы что-то предпринять»; 2) большая загруженность в школе — Маргарита (Новосибирск): «Мне кажется, это нехватка времени. Например, в школе завал по оцен-

кам, или, когда ты взрослый человек, ты работаешь с утра до ночи. Просто не можешь выделить время для занятий спортом»; 3) финансовые затруднения — Сергей (Волгоград): «Многие виды спорта дорогие, что создает препятствия для желающих заниматься»; 4) многие подростки ассоциируют занятия спортом с большими физическими нагрузками и определёнными трудностями, связанными с эмоциональным и психологическим напряжением — Илья (Волгоград): «Спорт — это трудность, преодоление преград»; Артём (Севастополь): «Спорт — это большой труд и терпение».

Ещё одним фактором, препятствующим занятиям спорта, подростки называют стеснение, связанное с наличием незнакомых зрителей в зале — Дмитрий (Новосибирск): «Когда я выходил на сцену, я видел зал, как минимум на половину полный незнакомыми мне людьми. Это может даже кого-то выбить из колеи, у кого-то может даже развиться боязнь сцены. Не все люди готовы к такому». Грубое отношение тренера к подростку 13–17 лет, неприятные высказывания в его адрес могут послужить причиной отказа от занятий физической культурой и спортом — Сергей (Новосибирск): «На меня накричали и после этого я не ходил вообще никуда. И сейчас почему-то я так же не люблю заниматься с тренером, я люблю заниматься только один или под присмотром мамы или папы, но никак не тренера».

Молодёжь 18–29 лет. Эта группа указывает, что недостаточная развитость инфраструктуры сильно сдерживает спортивные устремления людей — Яна (Пятигорск): «Я бы занялась фигурным катанием. Но в Пятигорске нет профессионального катка»; Анастасия (Сочи): «Я бы хотела заняться танцами. Просто танцами. Но там, где я живу, нет танцевальных секций» — Лиана (Сочи): «Нет специальных мест для занятий, инфраструктуры. Нужны специальные площадки». Снижает удовлетворённость молодежи 18–29 лет коммерциализация спортивной деятельности — Карина (Сочи): «Не у всех людей хватает денег на спорт. Надо его как-то доступнее сделать». Некоторая часть молодёжи, занимающаяся физической культурой

и спортом, отмечает, что тот режим спортивных занятий, которого она придерживается, не оптимальный. Оптимизировать его мешает отсутствие свободного времени и необходимость выполнять трудовые, учебные, бытовые обязанности, а также отсутствие необходимых спортивных объектов—Лиана (Сочи): *«Идеальный режим занятий — несколько часов каждый день. Место не имеет значения, главное, чтобы были условия — площадки, сделанные именно для этого спорта. Может быть, когда-нибудь они появятся»*; Софья (Сочи): *«Не занимаются из-за недостатка времени из-за работы, семьи и так далее»*; Анна С. (Пятигорск): *«Работа, учёба, не хватает времени»*; Дмитрий (Сочи): *«Не распределяют правильно время, другие приоритеты»*. Работающая молодежь в некоторых случаях прекращает заниматься спортом из-за необходимости много времени уделять трудовой деятельности, чтобы обеспечить себя и свою семью.

Иногда молодым людям приходится преодолевать собственное нежелание заниматься, приходится заставлять себя—Кирилл (Иваново): *«Людам лень, кто-то просто не хочет заниматься спортом и всё, хотят просто гулять с друзьями, сидеть дома перед компьютером, и так далее»*; Карина (Сочи): *«Бывает активности не хочется. Нет мотивации. Например, когда была какая-то цель, ее достиг, а дальше непонятно. И я думаю, что в этом случае надо послушать организм. И остаться дома. Нет ничего в этом плохого»*. Другие считают, что пропускать тренировки нельзя, а следует проявить силу воли—Дмитрий (Сочи): *«Ну, бывают моменты, когда хочется весь день просидеть дома. Но спорт для того и существует, чтобы подтягивать силу воли»*. Ряд молодых людей считает, что действовать нужно по ситуации—Ксения (Иваново): *«Бывает лень, и в такие моменты надо себя перebarывать и всё равно идти заниматься, но, когда это бывает, связано с плохим самочувствием, слабость какая-то, головокружение или ещё что-то, лучше прислушаться к своему организму и дать ему отдохнуть»*.

Есть ограничения для занятий физической культурой и спортом по состоянию

здоровья. Здесь следует заметить, что некоторые молодые люди, вынужденные покинуть большой спорт из-за травм, тем не менее, продолжают проявлять спортивную активность—Максим (Иваново): *«Лично после того, как я покинул спорт из-за травмы, периодически через день на неделе, ну раза 4 занимаюсь — турники, отжимания, занимаюсь на груше, потому что не хочу забыть навыки, которые приобрёл для этого в спорте, поддерживаю форму для себя»*.

Население среднего возраста от 30 до 59 лет. По мнению этой группы, людям старше 35 лет занятия физической культурой крайне необходимы для хорошего здоровья—Станислав (Анапа): *«Я считаю, что людям в возрасте допустим от 35 и выше, необходимо всё-таки нагрузки, более направленные на кардио, потому что в связи с неправильным питанием, плохим сном и то, что они употребляют в пищу, всё-таки сказывается на организме людей»*.

Среди причин, препятствующих занятиям физической культурой и спортом, участники этого возраста называют загруженность на работе и нехватку времени из-за большого количества домашних дел—Яна (Санкт-Петербург): *«Во-первых, работа. Во-вторых, время на детей уходит»*; Виталий (Санкт-Петербург): *«Основная причина, это время, потому что вот раньше я всюду ходил каждый день с утра, а сейчас ограничиваюсь»*; Екатерина (Санкт-Петербург): *«Так как у меня работа физическая и весь день на ногах, наверное, я может быть и хотела бы, но уже когда прихожу домой, не до физических мероприятий»*. А также сам ритм и стиль жизни современного городского человека—Денис (Анапа): *«Ещё влияет наш стиль жизни — куча телефонов, компьютеров, сидячий образ жизни. Все живут в своих телефонах, в играх, в социальных сетях»*.

Оценка удовлетворённости существующими условиями для занятий физической культурой и спортом низкая—Вероника (Анапа): *«Отсутствие инфраструктуры именно для занятий спортом. По стадионам бегать невозможно: там резина, на которую наткнёшься, ногу поломаешь»*; Николай (Анапа): *«У нас в крае очень много*

возможностей, даже погодных, но у нас нет даже площадок заниматься. Этим никто не занимается».

Некоторые респонденты отмечают, что при занятиях спортом высок риск травматизма, поэтому они опасаются заниматься некоторыми видами спорта — Виталий (Санкт-Петербург): «Как это не парадоксально звучит, я тоже считаю, что единственный минус спорта — это травматизм. Тогда это либо банальная случайность, либо это действительно, когда ты перегибаешь палку». Другие опасаются осуждения со стороны других людей, боятся показаться нелепым при занятиях физической культурой и спортом — Екатерина (Санкт-Петербург): «Негативные эмоции при занятиях в тренажёрном зале вызывают люди, которые за тобой наблюдают, и ты боишься, что что-то не так сделаешь, будет осуждение со стороны других».

Среди причин, препятствующих занятиям физической культурой и спортом, респонденты называют высокую стоимость спортивных секций, которая препятствует регулярным тренировкам — Виталий (Санкт-Петербург): «Финансовая составляющая, потому что если мы хотим заниматься планомерно, то это действительно нужно посещать клубы, которые не бесплатные у нас»; Николай (Анапа): «Быть спортсменом сейчас дорого: начиная с питания, заканчивая тренировками, то есть ты должен суметь себя обеспечить, обычному человеку это недоступно быть здоровым, потому что нет для этого ничего».

Население старше 60 лет. Главным фактором, который препятствует занятиям физической культурой и спортом для людей старше 60 лет, является возраст и хронические заболевания, которые сопровождают пенсионеров, стереотипы, что в пожилом возрасте уже поздно проявлять спортивную активность — Ксения (Челябинск): «Как таковым спортом уже не занимаюсь. Да и потом сейчас уже то давление, то какие-то другие болячки дают о себе знать»; Галина (Петрозаводск): «Я, конечно, занимаюсь для своего здоровья, никаких результатов перед собой не ставлю, нам не надо

никаких результатов добиваться»; Елена (Челябинск): «А я считаю спорт и давление несовместимы».

Пожилые люди отмечают, что у них отсутствует необходимый инвентарь для занятий физической культурой, что препятствует регулярным занятиям спортом — Марьям (Курск): «У меня просто нет лыж, чтобы лыжами заниматься. Их можно взять на прокат, но чаще всего времени не хватает». А также отсутствие денежных средств для оплаты профессиональных инструкторов, покупки абонементов для себя, для молодых людей и семей в целом — Любовь (Петрозаводск): «Сейчас очень дорого»; Анфиса (Курск): «А у меня не хватает материального достатка, чтобы ходить на плавание. А бег, это бесплатно. Поэтому им и занимаюсь». Помимо этого, люди старшего поколения боятся осуждения со стороны окружающих, боятся показаться не в выгодном свете, отмечают наличие психологических барьеров — Светлана (Петрозаводск): «Тут, по-моему, психологически у пожилых людей такая установка, что они как дураки будут заниматься спортом, если убрать как-то барьер, то и люди бы занимались, я вижу пожилых много людей, которые бы пошли, но не ходят, потому что боятся, что их посчитают дураками».

Заключение

Анализ проведённых фокус-групп показал, что у подавляющего большинства родителей детей и людей разных возрастов сформированы установки (желание) заниматься физической культурой на регулярной основе, но с разной степенью интенсивности тренировок. Респонденты осознают барьеры, препятствующие занятиям физической культурой и спортом, среди которых можно выделить пять, характерных для всех возрастных групп:

1. Высокая стоимость спортивных секций, абонементов в фитнес- и тренажёрные залы, а также стоимость оплаты труда личного тренера. Родители детей опасаются, что если у ребенка будут спортивные успехи, то семье придётся нести су-

ественные издержки, чтобы его поддерживать, а предлагаемые бесплатные спортивные занятия, не могут по качеству конкурировать с платными секциями.

2. Недостаточная развитость инфраструктуры. Отмечается недостаток специализированных спортивных организаций, таких как бассейны, крытые катки, велодромы, велодорожки, отсутствие необходимого инвентаря в спортивных организациях. Многие спортивные объекты расположены далеко от места проживания людей, что затрудняет к ним доступ и требует больших временных затрат на их посещение.

3. Высокая занятость населения трудовой, образовательной и хозяйственно-бытовой деятельностью. Родителям затруднительно сочетать свой трудовой и образовательный график с графиком спортив-

ных занятий ребенка, а население среднего и старших возрастов отмечают загруженность на работе и большое количество домашних дел.

4. Боязнь получения травм или другие опасения. Опасение родителей за жизнь и здоровье детей, боязнь вреда для них от больших физических нагрузок, возможное усугубление хронических заболеваний людей среднего и старших возрастов существенно тормозят физическую и спортивную активность населения.

5. Психологические барьеры и стереотипы. Подростки и взрослые испытывают психологический дискомфорт от публичных занятий. Распространены стереотипы (особенно в старшей возрастной группе) стеснительности, возможного осуждения занятий на публике, неуверенности в себе.

Литература и Интернет-источники

1. **Илюхин, А. А.** Мотивация и социальное продвижение здорового образа жизни на основе развития услуг физкультуры и спорта: основные проблемы / А. А. Илюхин // Экономика и сервис: от теории к практике. — Москва, 2018. — С. 606–611
2. **Пономарев, И. Е.** Массовый спорт и спорт высших достижений как современный социокультурный феномен / И. Е. Пономарев, Л. Ю. Стриева, С. Б. Олонец // Государственное и муниципальное управление. Ученые записки. — 2019. — № 1. — С. 236–240.
3. **Пашенко, Л. Г.** Организация образовательно-оздоровительной деятельности взрослого населения в условиях физкультурно-оздоровительного комплекса / Л. Г. Пашенко // Азимут научных исследований: педагогика и психология. — 2017. — Т. 6. — № 3(20). — С. 177–181.
4. **Голобоков, А. С.** Роль физического и спортивного воспитания в социализации личности и общества / А. С. Голобоков, М. С. Наумова // Азимут научных исследований: педагогика и психология. — 2017. — Т. 6. — № 2(19). — С. 323–325.
5. **Соловьева, Т. С.** Уровень физической активности и мотивированности городского населения к занятиям физической культурой и спортом / Т. С. Соловьева // Проблемы развития территории. — 2016. — № 3(83). — С. 119–136.
6. **Оганнисян, С. С.** Развитие физической культуры и спорта на территории города Хабаровска / С. С. Оганнисян, Е. Б. Рябкова // Новые идеи нового века: материалы международной научной конференции ФАД ТОГУ. — 2017. — Т. 2. — С. 233–237.
7. **Танатова, Д. К.** Установки родителей на физическое развитие детей разного возраста / Д. К. Танатова, Т. Н. Юдина, И. В. Королев, И. В. Долгорукова // Теория и практика физической культуры. — 2021. — № 1. — С. 65–67.

Сведения об авторах:

Танатова Дина Кабдуллиновна, д.соц.н., проф., декан факультета социологии, Российский государственный социальный университет, Москва, Россия.

Контактная информация: e-mail: dktanatova@mail.ru; ORCID: 0000-0002-7924-2242; PИHЦ Author ID: 774128.

Королёв Иван Владимирович, к.соц.н., заведующий лабораторией социологического анализа факультета социологии, Российский государственный социальный университет, Москва, Россия.
Контактная информация: e-mail: iv_king@mail.ru; ORCID: 0000-0002-1317-2317; РИНЦ Author ID: 850724.

Леонтьева Таисия Викторовна, эксперт лаборатории социологического анализа факультета социологии, Российский государственный социальный университет, Москва, Россия.
Контактная информация: e-mail: taechka_2511@mail.ru; ORCID: 0000-0002-1257-2896; РИНЦ Author ID: 808145.

DOI: 10.19181/population.2022.25.1.14

PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE LIFE OF THE RUSSIAN POPULATION

Dina K. Tanatova^{*}, Ivan V. Korolev, Taisiya V. Leontyeva

Russian State Social University

(4 Wilhelm Pieck str., Moscow, Russian Federation, 129226)

**E-mail: dktanatova@mail.ru*

Funding:

The article was prepared within the framework of research work “Sociological survey to identify the individual needs (motivation) of all categories and groups of the population, conditions for physical culture and sports and factors that hinder them” under the agreement with the Federal Scientific Center for Physical Culture and Sports No. 0373100110421000008 dated May 11, 2021.

For citation:

Tanatova D. K., Korolev I. V., Leontyeva T. V. Physical culture and sports in the life of the Russian population. *Narodonaselenie [Population]*. 2022. Vol. 25. No. 1. P. 167-176. DOI: 10.19181/population.2022.25.1.14. (in Russ.)

Abstract. *Involvement of the population in physical training and sports determines the level of public health. The Russian government today has taken a firm course to involve Russians of all ages in physical culture and sports activities. However, the widespread introduction of physical culture and sports practices into the daily life of Russians requires a clear understanding of the motives and incentives of the population for systematic physical training and sports, as well as identification of the barriers to physical culture and sports activity. The article presents the results of a sociological study, the purpose of which was to identify the motives and incentives of the Russian population for systematic physical training and sports, as well as factors that hinder physical education. The analysis of the social situation in the field of physical culture and sports is based on the results of 16 focus groups conducted with various categories of population ranging from parents of children aged 3–5 to people over 60 living in various cities of Russia. It is shown that the vast majority of parents of children, adolescents, youth, people of middle and older ages have formed sufficiently stable attitudes for regular physical education. However, they are not always implemented due to a number of barriers. Among them are: high cost of sports sections, subscriptions to fitness and gyms, payment for a personal trainer; lack of specialized sports organizations, lack of necessary equipment in them; high engagement of the population in labor, educational and household activities; fears for the life and health of children, fear of great physical strain and chronic diseases; psychological barriers and stereotypes: adolescents experience embarrassment associated with the presence of unfamiliar spectators; middle-aged and older people are afraid of being judged by other people, they are afraid to look ridiculous. The results of the study can become the basis for development of measures to motivate the Russian population to systematic physical training and sports, as well as measures to overcome the barriers hindering physical culture and sports activity of Russians.*

Key words: physical culture, sports, motivation, needs, barriers, obstacles, healthy lifestyle.

References and Internet sources

1. Ilyukhin A. A. Motivatsiya i sotsial'noye prodvizhenije zdorovogo obraza zhizni na osnove razvitiya uslug fizkul'tury i sporta: osnovnyje problemy. *Ekonomika i servis: ot teorii k praktike* [Motivation and social promotion of healthy lifestyles on the basis of development of services in physical culture and sports: main problems. *Economy and Services: From Theory to Practice*]. 2018. P. 606–611. (in Russ.)
2. Ponomarev I. E., Strieva L. Yu., Olonets S. B. Massovyj sport i sport vysshih dostizhenij kak sovremennyy sotsiokul'turnyj fenomen [Mass sports and sports of high achievements as a modern sociocultural phenomenon]. *Gosudarstvennoje i municipal'noje upravlenije. Uchenyje zapiski* [State and Municipal Administration. Scientific Notes]. 2019. No. 1. P. 236–240. (in Russ.)
3. Pashchenko L. G. Organizatsiya obrazovatel'no-ozdorovitel'noj deyatel'nosti vzroslogo naseleniya v usloviyah fizkul'turno-ozdorovitel'nogo kompleksa [Organization of educational and health supporting activities of adult population in a sports and wellness complex]. *Azimuth nauchnyh issledovanij: pedagogika i psihologiya* [Azimuth of Scientific Research: Pedagogics and Psychology]. 2017. Vol. 6. No. 3(20). P. 177–181. (in Russ.)
4. Golobokov A. S., Naumova M. S. Rol' fizicheskogo i sportivnogo vospitaniya v sotsializatsii lichnosti i obshchestva [The role of physical and sport education in socialization of person and society]. *Azimuth nauchnyh issledovanij: pedagogika i psihologiya* [Azimuth of Scientific Research: Pedagogics and Psychology]. 2017. Vol. 6. No. 2(19). P. 323–325. (in Russ.)
5. Solov'eva T. S. Uroven' fizicheskoy aktivnosti i motivirovannosti gorodskogo naseleniya k zanyatijam fizicheskoy kul'turoj i sportom [The level of physical activity and motivation of urban population for physical culture and sports]. *Problemy razvitiya territorii* [Problems of Territory's Development]. 2016. No. 3(83). P. 119–136. (in Russ.)
6. Ogannisyan S. S., Ryabkova E. B. Razvitije fizicheskoy kul'tury i sporta na territorii goroda Khabarovska. [Development of physical culture and sports in the city of Khabarovsk]. *Novye idei novogo veka: materialy mezhdunarodnoj nauchnoj konferentsii*. [New Idea of the New Age. Proceedings of the international scientific conference]. TOGU [Pacific State University]. 2017. Vol. 2. P. 233–237. (in Russ.)
7. Tanatova D. K., Yudina T. N., Korolev I. V., Dolgorukova I. V. Ustanovki roditeley na fizicheskoye razvitiye detey raznogo vozrasta [Parents' attitude to physical development of children of different ages]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture]. 2021. No. 1. P. 65–67. (in Russ.)

Information about the authors:

Tanatova Dina Kabdullinovna, Doctor of Sociology, Professor, Dean of the Faculty of Sociology, Russian State Social University, Moscow, Russia.

Contact information: e-mail: dktanatova@mail.ru; ORCID: 0000-0002-7924-2242; Elibrary Author ID: 774128.

Korolev Ivan Vladimirovich, Candidate of Sociology, Head of Laboratory, Russian State Social University, Moscow, Russia.

Contact information: e-mail: iv_king@mail.ru; ORCID: 0000-0002-1317-2317; Elibrary Author ID: 850724.

Leontyeva Taisiya Viktorovna, Expert, Russian State Social University, Moscow, Russia.

Contact information: e-mail: taechka_2511@mail.ru; ORCID: 0000-0002-1257-2896; Elibrary Author ID: 808145.

Статья поступила в редакцию 11.12.2021, одобрена 28.02.2022, опубликована 30.03.2022.