
Анализ отношения россиян к здоровому образу жизни, физической культуре и спорту

Analysis of attitude of the Russians to the healthy lifestyle, physical education and sports

ИСТЯГИНА-
ЕЛИСЕЕВА

Елена
Александровна

К. ист. н., доцент,
директор ФГБУ
«Государственный
музей спорта» Мини-
стерства спорта РФ
Рабочий адрес:
Сиреневый бульвар, дом 4
Контакты: eaie@rambler.ru



ISTYAGINA-
ELYSEEVA

Elena
Aleksandrovna

Candidate of historical
sciences, Associate Profes-
sor, director of the Federal
State Budgetary Institution
“State Sports Museum” the
Ministry of Sports of the
Russian Federation
Business address: Sirenevyi Boulevard, 4.
Contacts: eaie@rambler.ru

Ключевые слова: россияне, отношение населения, здоровый образ жизни.

Keywords: Russians, attitude of population, healthy lifestyle.

Аннотация: Статья «Анализ отношения россиян к здоровому образу жизни, физической культуре и спорту» посвящена изучению факторов, влияющих на интерес населения к занятиям физкультурой и спортом. Исследование основано на статистических данных за 2008—2013 гг., включающих результаты социологических опросов Аналити-

Annotation: The article “Analysis of attitude of the Russians to the healthy lifestyle, physical education and sports” is dedicated to the study of the change in the attitude of Russian citizens to the healthy lifestyle and mass sports. The study is based on the statistical data for 2008–2013, including the results of opinion polls performed by the Analytic Center of Yuri

ческого Центра Юрия Левады, а также данные мониторинга отношения населения к занятиям физической культурой и спортом на территории РФ за 2008—2012 гг. и данные мониторинга эффективности деятельности органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации за 2011—2012 гг.

Цель исследования заключается в том, чтобы показать насколько важно высокое положение физической культуры и ЗОЖ в структуре ценностных ориентаций граждан России для их благополучия. Актуальность проблематики очевидна, так как на сегодняшний день агитационная работа в вопросах физической культуры и ЗОЖ в России проводится недостаточно активно. Многие мероприятия, организуемые в регионах, носят формальный характер и являются скорее отпиской для федерального центра, нежели действительно актуальными мерами по исправлению ситуации.

Проведенное исследование показывает сокращение доли молодёжи среди людей, уделяющих серьёзное внимание своей физической подготовке. При этом выявлена связь между позитивным восприятием жизни и регулярными занятиями спортом. Так, среди тех, кто выполняет физические упражнения несколько раз в неделю или ежедневно, счастливыми себя называет вдвое большее число респондентов, чем среди россиян, редко занимающихся спортом.

Результаты исследования демонстрируют насущную необходимость

Levada, and on the monitoring of the values of attitude of the population to the physical education and sports on the territory of the Russian Federation for 2008–2012 and on the monitoring of operating efficiency of the executive bodies of subjects of the Russian Federation for 2011–2012.

The purpose of the article is to show the importance of high position of physical education and healthy lifestyle in the structure of value orientations of Russian citizens for their well-being. The relevance of the problems is obvious, as today the campaigns in the physical education and healthy lifestyle in Russia are not active enough. Many activities organized in the regions are formal, rather a runaround to the federal centre than actually relevant measures to remedy the situation.

The study shows the reduction of the share of young people among the people paying serious attention to their physical training. There is a relation between a positive perception of life and regular sports. For example, those who do physical exercise several times a week or daily, call themselves happy two times more often than the Russian people who do sports rarely.

The results of the research show an urgent need for active state support of the activities for promotion of healthy lifestyles, mass sports and physical education and the lack of influence of propaganda actions in this area at the moment.

в активной государственной поддержке мероприятий по пропаганде ЗОЖ, массового спорта и физической культуры и недостаточное влияние агитационных акций, проводимых в этой сфере в настоящий момент.

Актуальность. Пропаганда здорового образа жизни (ЗОЖ) — мощнейший инструмент для сохранения здоровья нации и развития физической культуры и спорта в любой стране мира. Но для вовлечения широких слоев населения в регулярные занятия спортом необходима активная государственная поддержка мероприятий по пропаганде физической культуры. Обоснованию этого утверждения и посвящена данная статья.

Обсуждение. Цель нашего исследования заключается в том, чтобы показать насколько важно высокое положение физической культуры и ЗОЖ в структуре ценностных ориентаций граждан России для их благополучия. Актуальность проблематики очевидна, так как на сегодняшний день агитационная работа в вопросах физической культуры и ЗОЖ в России проводится недостаточно активно. Многие мероприятия, организуемые в регионах, носят формальный характер и являются скорее отпиской для федерального центра, нежели действительно актуальными мерами по исправлению ситуации. Об этом наглядно свидетельствуют статистические данные за последние несколько лет.

В 2009 г. по заказу Высшей школы экономики Левада-Центром было проведено исследование, посвящённое ЗОЖ в России. Основное внимание исследователей было сосредоточено на том, что именно способствует формированию ЗОЖ, а также анализу сдерживающих факторов. Основные выводы по данному исследованию были представлены специалистом Аналитического Центра Юрия Левады Н. Бондаренко, которая отметила: «Здоровый образ жизни исследовался в рамках идеи о том, что должно более развиваться профилактическое направление, в том числе и в системе здравоохранения, а это довольно сильно зависит от активности самих граждан, от их отношения и оценки ценности своего здоровья. Поэтому мы обратились к тому, актуален ли для людей здоровый образ жизни, и как они представляют здоровый образ жизни. В целом вывод такой, что наши граждане по-прежнему склонны ориентироваться на то, что заботиться о них должна медицина, и это должны быть бесплатные обязательства, которые уже есть у государства. Причем сами они менее склонны задумываться о своей ответственности по поводу своего здоровья, скорее они склонны разбираться уже с последствиями, которые связаны со здоровьем, обращаться к медицинским работникам... А если сравнивать

данные Европейского барометра по другим странам, в том числе были данные по Восточной Европе, то оказалось, что Россия выглядит довольно пессимистически в самооценках здоровья населения. Лишь около 35% респондентов в возрасте от 15 и старше лет говорили о том, что у них хорошее или очень хорошее здоровье. Для Европы, даже для Восточной Европы, около 60—80% людей склонны оценивать свое здоровье как хорошее. Что достаточно важно, потому что субъективные оценки здоровья носят как объективный характер, так и формируют поведение людей. И самое интересное, что разрыв между группами населения — старшей и младшей — в самооценках здоровья в России наибольшим оказался. Разрыв в доле тех, кто говорил о своем хорошем здоровье, между людьми до 25 лет и людьми старше 60, то есть пенсионного возраста, составлял 24 раза. А в Европе более зрелый возраст выглядит гораздо более оптимистически, разрыв составил 24 раза» [1].

Между тем, показатели развития физической культуры и спорта на территории России в динамике по годам (с 2008 по 2012 гг.) свидетельствуют о сокращении численности такой категории населения, как систематически занимающаяся физической культурой и спортом молодежь на 14,8%. И происходит это вопреки увеличению финансирования на 1 жителя с 819,2 руб. в 2008 г. до 1117,6 руб. в 2012 г. [2]. При этом особенностью возрастной специфики молодежи является ее более высокая заинтересованность вопросами спорта, культуры и образования по сравнению с интересом к политическим событиям. Так, по данным на 2010 г., членами молодежных организаций являлись 6,1% респондентов в возрасте 14—30 лет, т.е. 2,3 млн. человек из 37 млн. Из общего числа организационно активных представителей молодежи (2,3 млн.), по их собственному признанию, каждый пятый был участником спортивных движений (20,7%, т.е. 476,1 тыс. человек). Вместе с тем значительный потенциал подобных учреждений в содействии отстаиванию прав и интересов молодежи признала только треть членов спортивных организаций (32,1%).

В рамках вышеуказанного исследования специалистами зафиксировано желание молодых россиян участвовать в работе спортивных движений и союзов. Больше других стремятся включиться в их деятельность юноши, учащиеся образовательных учреждений (школ, профессиональных училищ, техникумов), а также работники сферы услуг, торговли и транспорта, не имеющие высшего образования, — от 23,5% до 33,4%. Вместе с тем деятельность спортивных движений совершенно непопулярна в молодежной среде из числа гуманитарной интеллигенции, предпринимателей, профессиональных военных/сотрудников МВД (0,0 %) [3].

Социологическое исследование Аналитического Центра Юрия Левады от 23—26 августа 2013 г., направленное на выяснение наиболее модных, по мнению россиян, занятий, позволило получить информацию, отражающую положительную тенденцию, касающуюся ЗОЖ и физической культуры: занятия

спортом находятся на 3-м месте по популярности — 75% населения считают это модным, а для 66% модными являются занятия боевыми искусствами [4]. Стоит отметить, что репрезентативная всероссийская выборка включала в себя городское и сельское население (1601 человек в возрасте от 18 лет и старше) в 130 населенных пунктах 45 регионов страны, статистическая погрешность данных этих исследований не превышает 3,4%.

Вместе с этим исследователи отмечают, что предпочтение молодёжью определенных форм заполнения свободного времени, досуга детерминировано не только модой или общепринятыми стандартами, но также тесно взаимосвязано с культурным потенциалом людей. Так, реализация активного отдыха возможна исключительно при расширении спектра досуговых предпочтений за счёт внедомашних видов культурной, рекреационной либо иной общественно значимой деятельности.

По данным на 2009 г. примерно пятая часть молодёжи в возрасте от 14 до 30 лет в свободное время посещала спортклубы, секции, тренировки (20,3%). При этом 87,0% опрошенных указали, что в пределах доступности у них находится большое количество различных объектов как культурного, так и спортивного предназначения. Треть участников социологического исследования отметили близость стадиона или спортплощадки от места проживания, а наличие спорткомплекса либо бассейна отметила четверть опрошенной молодёжи. Доля тех, у кого поблизости нет ничего из указанного выше, достаточно велика и на конец 2009 г. составляла 13%. Однако непосредственная близость спортивных сооружений кардинальным образом не смогла повлиять на количество молодых людей, пользующихся объектами спорта. На конец того же 2009 г. их число в среднем достигало 15% от общей численности молодёжи [5].

Доля ратующих за строительство спортивных сооружений в 1,5 раза превышает долю тех, кто высказывается в пользу строительства учреждений культуры. Такое соотношение в большей степени отражает не только ветхое состояние старых спортивных сооружений, но и свидетельствует о дефиците сооружений массового спорта и физической культуры. Так, в поселениях всех типов (но особенно в поселках/малых городах) опрошенные предлагали построить «вблизи дома», прежде всего, спортзалы и спортплощадки. В целом же такой показатель позволяет условно определить «степень тяготения» к спорту в среде представителей современного молодого поколения россиян [6].

Ещё одно исследование, измеряющее «уровень счастья» россиян, было проведено Левада-Центром в рамках международной программы социальных исследований (International Social Survey Programme, ISSP) 6—23 декабря 2011 г. Репрезентативная выборка включала 1511 человек в возрасте от 18 лет и старше. Это исследование выявило благотворное влияние спорта на позитивное восприятие жизни. Среди тех, кто выполняет физические упражнения регулярно — несколько раз в неделю или ежедневно, счастливыми себя на-

зывают 27%, и этот показатель примерно в два раза выше, чем среди россиян, занимающихся спортом изредка.

Несмотря на то, что регулярно занимающиеся спортом россияне чувствуют себя более счастливыми, по данным ежегодника «Общественное мнение — 2012» Левада-Центра (в этом ежегоднике представлены показатели тенденций общественных настроений, установок, оценок, интересов, относящихся к различным аспектам повседневной жизни, процессам в социально-политической и социально-экономической областях, событиям российской и международной жизни), при анализе ответов на вопрос «Посещаете ли Вы, и если да, то как часто, фитнес/тренажерный зал?» оказалось, что лишь 11% делают это регулярно, а 86% вообще не посещают подобного рода заведения [7]. Приблизительно такая же ситуация наблюдается и с посещением бассейна: регулярно плавают 9%, не занимаются плаванием совсем — 79%.

Безусловно, значимым является мнение представителей различных возрастных групп о том, что в первую очередь необходимо решать вопросы организации активного отдыха населения: практически каждый второй-третий респондент указал, что нужно развивать «придворовую» и районную муниципальную системы спортивных площадок, сооружений, кортов и др. для бесплатных занятий массовыми видами спорта (43,5% мнений среди представителей старшего поколения и 49,2% опрошенных среди молодёжи).

Очевидно, что роль государства в вопросах оздоровления нации и пропаганды физической культуры и спорта крайне важна. Так, данные общероссийского исследования, посвященного этому вопросу, позволяют увидеть, что более трети представителей различных возрастных групп уверены в необходимости участия государства в создании благоприятных условий для массовых занятий физкультурой и спортом [8]. Ряд исследований подтверждает, что политика региональных органов исполнительной власти в области массового спорта и физической культуры является достаточно эффективной, но она не столь значительна в масштабах всей страны, если учесть, что в 2012 г. доля занимающегося спортом населения составляла лишь 22,53% от общего числа граждан России [9].

Выводы. Приведённые данные более чем объективно говорят о необходимости пропаганды ЗОЖ, массового спорта и физической культуры, прежде всего, как основного средства поддержания здоровья нации, средства профилактики различного рода заболеваний, борьбы с вредными привычками и создания позитивного восприятия действительности гражданами страны. Мы считаем, что пропагандистское воздействие на протяжении 2011—2020 гг. должно осуществляться с помощью комплекса последовательно проводимых мероприятий и кампаний с привлечением всей системы пропаганды, с широким использованием возможностей самофинансирования, а также индивидуальной трудовой деятельности и спонсорства.

1. Здоровый образ жизни в России: что ему препятствует, что способствует — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: <http://www.levada.ru/24-06-2012/zdorovyi-obraz-zhizni-v-rossii-chto-emu-prepyatstvetuet-chto-sposobstvuet>, — свободный. — Загл. с экрана (дата обращения 04.09.2013).
2. На указанном ресурсе доступен подробный анализ показателей физической культуры и спорта в динамике по годам и анализ динамики основных показателей развития физической культуры и спорта на территории «Российская Федерация» за 2008 — 2012 гг. — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: http://sport.ifinmon.ru/reports/MinSport/MinSport_017/Default.aspx, — свободный. — Загл. с экрана (дата обращения 04.09.2013).
3. Горшков, М.К., Шереги Ф.Э. Молодежь России: социологический портрет. / М.К. Горшков. — М.: ЦСПиМ, 2010. — с.135 — 142.
4. Россияне о модных «занятиях» — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: <http://www.levada.ru/24-09-2013/rossiyane-o-modnykh-zanyatiyakh>, — свободный. — Загл. с экрана (дата обращения 04.09.2013).
5. Горшков, М.К., Шереги Ф.Э. Молодежь России: социологический портрет. / М.К. Горшков. — М.: ЦСПиМ, 2010. — с. 196 — 201.
6. Горшков, М.К., Шереги Ф.Э. Молодежь России: социологический портрет. / М.К. Горшков. — М.: ЦСПиМ, 2010. — с.135 — 142.
1. Healthy lifestyle in Russia: impediments and contributing factors — [Digital source]. — Access mode: URL: <http://www.levada.ru/24-06-2012/zdorovyi-obraz-zhizni-v-rossii-chto-emu-prepyatstvetuet-chto-sposobstvuet>, — free. — Index from the screen (date of access 04.09.2013).
2. The indicated resource contains a detailed analysis of indicators of physical education and sports over time by years and an analysis of dynamics of the main indicators of development of physical education and sports on the territory of the Russian Federation for 2008 — 2012 — [Digital source]. — Access mode: URL: http://sport.ifinmon.ru/reports/MinSport/MinSport_017/Default.aspx, — free. — Index from the screen (date of access 04.09.2013).
3. Gorshkov, M.K., Sheregi F.E. Youth of Russia: sociological portrait. / M.K. Gorshkov. — M.: Center for social forecasting and marketing, 2010. — p.135 — 142.
4. The Russians about popular “activities” — [Digital resource]. — Access mode: URL: <http://www.levada.ru/24-09-2013/rossiyane-o-modnykh-zanyatiyakh>, — free. — Index from the screen (date of access 04.09.2013).
5. Gorshkov, M.K., Sheregi F.E. Youth of Russia: sociological portrait. / M.K. Gorshkov. — M.: Center for social forecasting and marketing, 2010. — p. 196 — 201.
6. Gorshkov, M.K., Sheregi F.E. Youth of Russia: sociological portrait. / M.K. Gorshkov. — M.: Center for social forecasting and marketing, 2010. — p.135 — 142.

ский портрет. / М.К. Горшков. – М.: ЦСПиМ, 2010. — с. 204 — 205.

7. Общественное мнение — 2012. М.: Левада-Центр, 2012. — с. 71 — 72.

8. Горшков, М.К., Шереги Ф.Э. Молодежь России: социологический портрет. / М.К. Горшков. — М.: ЦСПиМ, 2010. — с. 87 — 92.

9. Показатели эффективности деятельности органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации за «2012, 2011» годы. — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: http://sport.ifinmon.ru/reports/MinSport/MinSport_011/Default.aspx, — свободный. — Загл. с экрана (дата обращения 06.11.2013); Социально-экономические показатели регионов и численность населения, занимающегося физической культурой и спортом. — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: http://sport.ifinmon.ru/reports/MinSport/MinSport_009/Default.aspx, — свободный. — Загл. с экрана (дата обращения 06.09.2013).

of Russia: sociological portrait. / M.K. Gorshkov. — M.: Center for social forecasting and marketing, 2010. — p. 204 — 205.

7. Public opinion — 2012. M.: Levada Center, 2012. — p. 71 — 72.

8. Gorshkov, M.K., Sheregi F.E. Youth of Russia: sociological portrait. / M.K. Gorshkov. — M.: Center for social forecasting and marketing, 2010. — p. 87 — 92.

9. Indicators of operating efficiency of the executive bodies of subjects of the Russian Federation for 2012, 2011. — [Digital resource]. — Access mode: URL: http://sport.ifinmon.ru/reports/MinSport/MinSport_011/Default.aspx, — free. — Index from the screen (date of access 06.11.2013); Social and economic indicators of the regions and number of people doing physical exercises and sports. — [Digital resource]. — Access mode: URL: http://sport.ifinmon.ru/reports/MinSport/MinSport_009/Default.aspx, — free. — Index from the screen (date of access 06.09.2013).