

Елена Вьюговская, Полина Тынкова

Спорт в жизни подростков в российских регионах

Елена Васильевна Вьюговская, научный сотрудник Центра «ИНСАП» ИПЭИ РАНХиГС, Москва, Россия.

ORCID: 0000-0003-3488-6025

Электронная почта: vyugovskaya-ev@ranepa.ru

Полина Ильинична Тынкова, ведущий специалист Дирекции по стратегии и оценке качества образования РАНХиГС, Москва, Россия.

ORCID: 0009-0004-6498-1749

Электронная почта: tynkova-pi@ranepa.ru

Аннотация

Статья основана на данных административного онлайн-опроса, проведенного в восьми российских регионах среди детей и подростков в возрасте от 10 до 17 лет, обучающихся в школе. Для анализа были выбраны респонденты, ответившие утвердительно на вопрос о занятии физической активностью или каким-либо видом спорта (вне школьных уроков физкультуры или занятий в колледже) из трех наиболее наполненных по ответам регионов — Алтайского края, Республики Башкортостан и Ульяновской области. В статье показаны характерные для регулярно занимающихся спортом детей социально-демографические признаки и тенденции, а также факторы, определяющие вероятность увеличения регулярности спортивной активности. Авторами выявляется, что пол и возраст ребёнка являются значимыми факторами для физической активности. Девочки в сравнении с мальчиками реже вовлечены в физическую активность вне уроков, равно как и дети старшего подросткового возраста (15–17 лет) в отличие от детей младших возрастных групп, что может объясняться высокой учебной нагрузкой и подготовкой к экзаменам. Высокая субъективная оценка своего здоровья и материального положения семьи положительно коррелируют с занятиями спортом. Дети, которые занимаются спортом, более удовлетворены и счастливы, менее одиноки и уверены,

что добьются многого в жизни, чем те, кто не вовлечен во внешкольную физическую активность. Тем самым подтверждается, что регулярная физическая активность благоприятно влияет на социальное самочувствие ребенка, однако данный вывод заставляет глубоко задуматься о благополучии подростков старшей возрастной категории, зачастую совсем не поддерживающих внеклассную спортивную активность. Статья подготовлена в рамках выполнения научно-исследовательской работы государственного задания РАНХиГС.

Ключевые слова: спорт, дети, дополнительное образование детей, здоровый образ жизни, самооценка, человеческий капитал

Для цитирования: Вьюговская, Е. В., Тынкова, П. И. Спорт в жизни подростков в российских регионах // Социология заботы. 2026. Т. 1. № 1. С. 57–86.

Введение и теоретическое обоснование

Вовлеченность в занятия дополнительным образованием являются значимым ресурсом развития личностных и социальных компетенций детей и подростков, неотъемлемой частью формирования культурного, спортивного, образовательного — человеческого капитала ребенка в целом. Накопление человеческого капитала наиболее эффективно как раз в детском возрасте, так как оно происходит за счет родительских материальных и нематериальных инвестиций, которые зачастую рассматриваются как долговременные затраты на образование, поддержание и укрепление здоровья, физическое воспитание [Середкина, Вьюговская, 2024; Вяльшина, 2017]. Для увеличения жизненного потенциала дети посещают различные дополнительные занятия, секции, кружки и спортивные школы [Рябчикова, 2015].

Спортивные тренировки в подростковом возрасте положительно влияют на физическое, психическое и психосо-

циальное здоровье, а также могут способствовать развитию активного образа жизни с возрастом [Eime, 2013]. Несмотря на то, что привычка заниматься спортом (равно как и привычка заботиться о здоровье) вырабатывается еще в детстве, является естественной частью детского и подросткового образа жизни и имеет перечисленные выше потенциальные преимущества для социального самочувствия ребенка, количество занимающихся спортом уменьшается в подростковом возрасте, особенно среди девочек [Tari-Keresztes et al., 2008]. Исследования европейских стран с участием детей в возрасте от 9 до 15 лет показывают, что активность занятий спортом последних снизилась во всех странах [Riddoch et al., 2004], более трети детей школьного возраста не занимаются спортом и уровень их физической активности становится ниже с возрастом [Findlay, 2009; Eime, 2018; Mathisen, 2019]. Так, Шпруйтебург, ссылаясь на данные Национального олимпийского комитета, отмечает, что в Нидерландах участие в тех или иных видах спорта¹ достигает пика в возрасте 10–14 лет (63% участников) и затем снижается в возрасте от 15 до 19 лет (44%) [Spruijtenburg, 2022]. Согласно данным Немецкого медицинского национального обследования детей и подростков (KiGGS — German Health Interview and Examination Survey for Children and Adolescents), позволяющим провести всесторонний анализ поведения молодежи в области физической активности, большинство детей в возрасте от 3 до 10 лет регулярно занимаются спортом (примерно 3/4 девочек и мальчиков занимаются спортом не реже одного раза в неделю, и более трети — три раза в неделю и чаще), однако среди 11–17 лет действующую рекомендацию о занятиях физкультурой и / или спортом² в течение недели выполняет лишь каждый четвертый мальчик и каждая шестая девочка. Особенно

¹ Спорт по определению в исследовании включал любой вид спорта, которым можно заниматься в спортивных клубах и секциях (например, футбол, теннис и т. д.) и фитнес-центрах, а также любую спортивную активность, осуществляемую под руководством тренера и организованные занятия (в том числе, BootCamp или функциональные тренировки) [Spruijtenburg, 2022].

² Рекомендации ВОЗ по физической активности для детей и подростков в возрасте от 5 до 17 лет предусматривают не менее

недостаток физической активности наблюдается у девочек из семей с низким социально-экономическим статусом и миграционным прошлым [Lampert et al., 2007]. Исследование, проведенное в Великобритании, демонстрировало, что в возрасте 4–17 лет 55% детей брали уроки физкультуры и занимались спортом во внеурочное время не менее 3 часов в неделю, однако количество времени, уделяемое спорту, уменьшалось, когда дети переходили из начальной школы (возраст 4–12 лет) в среднюю (возраст 12–18 лет) школу [Quicke et al., 2009]. Подобная картина распределения времени в пользу занятий спортом и ведения активного образа жизни наблюдается в мире в целом: глобальные оценки свидетельствуют о том, что 80% детей в возрасте от 13 до 15 лет не соблюдают рекомендуемый объем физической активности, включая спорт [Hallal et al., 2012].

Вместе с тем небезосновательно можно говорить, что спорт способен внести значительный положительный вклад в здоровье и благополучие, формирование социальных связей, норм и ценностей, и становится важным фактором образовательного, экономического, инновационного роста государства, залогом повышения национального благосостояния [Bailey et al., 2013; Faber et al., 2023]. Влияние внешкольных спортивных занятий на развитие и социализацию детей подтверждается многочисленными зарубежными и отечественными исследованиями, описывающими в том числе и факторы, от которых зависит спортивная активность детей и подростков, и данные демонстрируют, что комбинации факторов разных уровней, таких как пол, этническая принадлежность, социально-экономический статус, перцептивная компетентность и физическая активность родителей, предопределяют спортивную активность ребенка равно как и её отсутствие [Seabra, 2007; Berger, 2008; Toftegaard-Støckel, 2011; Vella, 2014; Rullestad, 2021].

Норвежские исследователи Эмали Рулештад, Эйвинд Меланд и Томас Милдестведт предприняли попытку изучить изменения в спортивной и неспортивной деятельности за два года в подростковом возрасте и выявить возможные пре-

60 минут занятий (плавание, теннис, регби, футбол, сквош и др.) в день [WHO, 2010].

дикторы физической активности и занятий спортом в течение двух лет. В период с 2011 по 2013 год было проведено продолжительное когортное исследование. С помощью лонгитюдного когортного исследования данные были собраны у 1225 норвежских подростков, за которыми наблюдали в течение двухлетнего периода (2011–2013 гг.): с 6 по 8 класс (11–13 лет) и с 8 по 10 класс (13–15 лет) и которые показали связь между физической активностью и такими факторами, как поддержка сверстников, поддержка родителей, социально-экономический статус, отношение к физическому воспитанию, способ добраться до школы, восприятие здоровья, своего тела, и изменение неспортивной активности. При значительном снижении занятий спортом в раннем подростковом возрасте, наиболее выраженном с 8 по 10 класс (с 13 до 15 лет), факторами, влияющими на физическую активность спустя два года, оказывались положительное отношение к спорту, получаемая поддержка со стороны родителей, то, насколько активно учащийся добирался до школы (пешком или на велосипеде), а также то, как он/она оценивали свое здоровье. Возможными предикторами продолжения или начала занятий спортом были повышение уровня оценки личного здоровья, повышение социально-экономического статуса, тогда как увеличение участия в неспортивной деятельности снижало интерес к спорту [Rullestad et al., 2021].

Демографические, социально-экономические и социокультурные факторы играют значительную роль, причем особенное влияние, как подчеркивают исследователи, оказывают возраст, пол и участие родителей. В исследовании Тофтегаард-Штокель изучалась корреляция между участием подростков в спорте и демографическими характеристиками, материальным положением семьи и прочими факторами среди 6356 датских подростков пятых и девятых классов из четырех муниципалитетов. Возраст (младший) и пол (мужской) были связаны с участием подростков в занятиях спортом, при этом девочки в два раза реже занимались спортом, чем мальчики. Подростки с большей вероятностью занимались спортом, если считали, что их родители активно занимаются физическими упражнениями или спортом. Подростки с одним или двумя безработными родителями соответственно реже

занимались спортом, чем подростки с двумя работающими родителями. В гендерно-стратифицированном анализе профессиональный статус родителей был лишь предиктором участия девочек в спорте. Различия между муниципалитетами в участии подростков в занятиях спортом оставались значительными при учёте индивидуальных факторов, таких как пол, возраст, происхождение родителей или физическая активность родителей. Связь между социокультурностью и социально-экономическим положением была сильнее у девочек, чем у мальчиков [Toftegaard-Støckel et al., 2011].

Мотивация является ключевым фактором, причем личные мотивы особенно важны [Spruijtenburg, 2022]. Социальные влияния, включая роль родителей, сверстников и других значимых людей, имеют решающее значение в формировании участия подростков в занятиях спортом, особенно среди девочек [Keresztes et al., 2008]. Личностные факторы, такие как самовосприятие и желаемые результаты, постоянно связаны с участием девочек-подростков в спорте [Hopkins, 2022].

В данной работе мы проводим анализ административного онлайн-опроса, осуществленного в восьми российских регионах, чтобы представить основные тенденции, факторы и значимые социально-демографические признаки спортивной активности учеников школ в возрасте от 10 до 17 лет. Мы предполагаем, что мальчики чаще занимаются спортом, чем девочки, и ожидаем снижение спортивной активности в старшем подростковом возрасте, то есть с 15 до 17 лет. Также мы попробуем оценить, коррелирует ли спортивная деятельность с социально-экономическим статусом семьи, субъективным восприятием здоровья, самовосприятием личной значимости, чувством одиночества: регулярные занятия спортом могут положительно коррелировать с высоко оцениваемыми материальным положением и уровнем здоровья, но, вероятно, идут вразрез с низкими оценками в вопросах социального самочувствия (об одиночестве, успехах и достижениях, удовлетворенности жизнью).

Методология исследования

В период с апреля по июнь 2022 года Центр «ИНСАП» РАНХиГС совместно с Благотворительным фондом Елены и Геннадия Тимченко провел исследование, посвященное измерению детского благополучия [Калабихина и др., 2022]. В его рамках был проведен опрос детей и подростков 10–17 лет, которые обучаются в школе и проживают в восьми регионах; для анализа будут использоваться 3 самых наполненных: Алтайский край, Республика Башкортостан и Ульяновская область (Таблица 1). При сборе данных был использован онлайн-опрос, выборка которого является административной, а внутри региона стратифицированной, где муниципальный район/город регионального значения был выбран в качестве страты. Для анализа внеурочной спортивной деятельности были выбраны вопросы, указанные в Таблице 2.

Факторы физической активности и занятий спортом в возрасте 10–17 лет

На вопрос анкеты о занятии спортом в свободное время в выбранных 3-х регионах ответило 37 377 (44%) респондентов мужского пола и 47 641 (56%) — женского. Из них занимающимися внеучебной спортивной деятельностью были 21 220 (52,6%) мальчиков и 19 090 (47,4%) девочек, а не вовлеченных в нее 11 788 (34%) и 22 906 (66%) соответственно (Таблица 3).

Нельзя не отметить, что некоторые виды спортивной активности имеют ярко выраженную гендерную ориентацию. Вопрос «Скажите, пожалуйста, Вы занимаетесь физической активностью или каким-либо видом спорта (вне школьных уроков физкультуры или занятий в колледже)?» является полуза закрытым, поэтому, отмечая положительный ответ в анкете, респонденты писали, каким именно спортом они занимаются. Так, например, девочки в 3-х разбираемых регионах в подавляющем большинстве занимаются конным спортом и танцами — в то время как «мужские» виды спорта незначительно

отличаются в регионах: футболу («м» — 83,5%, «ж» — 16,5%) в Республике Башкортостан предпочитают тяжёлую атлетику («м» — 85,7%, «ж» — 14,3%) (Таблица 4). Гендерно нейтральные спортивные занятия от региона к региону отличаются. Единственное совпадение — увлечение лыжами в Республике Башкортостан («м» — 49,4%, «ж» — 50,6%) и Ульяновской области («м» — 49,6%, «ж» — 50,4%). В Алтайском крае вне зависимости от гендера отдают предпочтение велоспорту («м» — 50,5%, «ж» — 49,5%) и скалолазанию («м» — 48,6%, «ж» — 51,4%), в Башкортостане — теннису («м» — 48,3%, «ж» — 51,7%), в Ульяновской области — баскетболу («м» — 50,9%, «ж» — 49,1%). Нередко высокая степень вовлечённости объясняется установками молодёжи, выбравшей ту или иную спортивную деятельность.

Я занимаюсь боксом, потому что я смогу защитить девушку и другого человека и заодно улучшить свою силу (м, 14 лет, Ульяновская область);

Я тренируюсь дома и бегаю, катаюсь на велосипеде. Всячески стараюсь быть здоровой и красивой:) (ж, 14 лет, Ульяновская область).

Ещё одной из возможных причин является влияние родителей, которые представляются в качестве значимого взрослого для детей и подростков (положительный ответ: Алтайский край — 71,7%, Республика Башкортостан — 73,9%, Ульяновская область — 76,5% — и отрицательный ответ: Алтайский край — 65,2%, Республика Башкортостан — 67,1%, Ульяновская область — 70,9%), способных влиять на выбор ребенка по занятию спортом. Получается, родители — мотивационный фактор по вовлечению в спортивную деятельность и поддержанию интереса у молодёжи к данной сфере (Таблица 5).

Также можно наблюдать следующую ситуацию: в старших половозрастных группах увеличивается количество отрицательных ответов. Более того, у девочек в каждом из трех регионов между негативными ответами в 10–14 лет (Алтайский край — 12%; Республика Башкортостан — 8%;

Ульяновская область — 9%) и в 15–17 лет (Алтайский край — 25%; Республика Башкортостан — 21%; Ульяновская область — 20%) прослеживается разница более, чем в 2 раза в отличие от мальчиков (Таблица 6). Получается, по мере взросления дети, а в особенности девочки, всё меньше привержены занятию спортивной деятельностью.

Дети являются резервом человеческого капитала нашей страны, вовлеченность в спортивную деятельность которого напрямую связана с потенциальным уровнем здоровья населения. По результатам видно, что дети, у которых наличествуют явные проблемы со здоровьем, препятствующие обыденной жизни, не занимаются дополнительно спортом вне стен учебного заведения (Таблица 7). Следует отметить, что данный вопрос больше направлен не на выявление каких-то заболеваний среди детей и подростков, а на их самооценку здоровья. Соответственно, она может коррелировать с переменной «спортивная активность».

Те ученики, которые отметили, что, несмотря на затруднения, все же придерживаются активного участия в физической деятельности, как правило, указывали на незначительные осложнения, например, плохое зрение, аллергические реакции, различные боли в теле, а также писали инвективные ответы.

Плохое зрение (ж, 14 лет, Алтайский край);

Мигрень, аллергия, болит спина (ж, 13 лет, Алтайский край).

Более того, самым часто упоминаемым видом спорта в данном случае является «фитнес». Этот код помимо занятий в тренажёрном зале или дома также подразумевает «разминку», «лфк», «оффп», «шнейпинг», «йогу» и «зарядку», которые не требуют особой физической подготовки и не несут в себе повышенную нагрузку. Вероятно, для детей данные виды спортивной активности подразумевают развлекательные мероприятия и общение.

Ранее занималась спортивными танцами с большой физической нагрузкой (из-за проблем со здоровьем

пришлось бросить в феврале). На данный момент занимаюсь только самостоятельно (планка, отжимания, приседания, подтягивания (ж, 11 лет, Республика Башкортостан);

Я бегал по утрам и вечерам (но из-за случайного случая я сломал ногу, поэтому я делаю ту физическую активность, которую могу сделать, ну, там, отжаться (используя только одну ногу), подтягиваться) (м, 12 лет, Алтайский край);

Обычные маленькие тренировки, чтобы поддерживать тело в тонусе, поддерживать здоровье; утренние зарядки, йога (ж, 15 лет, Республика Башкортостан).

Также представляется, что те дети, которые занимаются спортом, более удовлетворены и счастливы, чем те, кто не вовлечен во внешкольную физическую активность. Так, респонденты-спортсмены, как правило, больше довольны своей жизнью: процент тех, кто занимается и доволен, в среднем по 3-м регионам составляет 49,5%; занимается и недоволен — в среднем 34,6%; не занимается и доволен — в среднем 39,1%; не занимается и недоволен — в среднем 54,1% (Таблица 8), и имеют уверенность в том, что добываются многого в жизни: согласные с утверждением занимающиеся по Алтайскому краю — 49,2%, по Республике Башкортостан — 51,0%, по Ульяновской области — 49,2% и не занимающиеся 40,0%, 37,1%, 40,0% соответственно; несогласные занимающиеся по Алтайскому краю — 29,7%, по Республике Башкортостан — 29,5%, по Ульяновской области — 33,2% и не занимающиеся 60,2%, 60,4%, 55,9% соответственно (Таблица 9).

Следует обратить внимание на еще один фактор — чувство одиночества. Те респонденты, которые не вовлечены в спортивную деятельность, чаще выбирают крайние негативные оценки: «очень часто/часто» испытывают одиночество в Алтайском крае 48,6%, в Республике Башкортостан — 46,1%, в Ульяновской области — 47,3%. Эта же группа выбирает ответ «никогда» на 13,4%, 17,2% и 12,8% соответственно реже, чем группа респондентов, вовлеченных в спорт.

Процент ответивших, занимающихся спортом и «очень часто/часто» чувствующих себя одиноко (Алтайский край — 39,9%; Республика Башкортостан — 41,5%; Ульяновская область — 41,4%), может быть связан с тем, что часть респондентов занимается профессиональным спортом, а значит испытывают стресс и давление в ходе соревнований или получения желаемых результатов и наград, например, «интеллектуальный спорт», «биатлон», «стрельба» и «водное поло» (Таблица 10). Однако процент вовлеченных в спорт и чувствующих одиночество детей отличается от тех, что «никогда» его не чувствуют (Алтайский край — 52,1%; Республика Башкортостан — 53,2%; Ульяновская область — 51,5%). Причина возникновения подобной ситуации, возможно, кроется в том, что респонденты занимаются в коллективах или компаниях ближнего окружения; тем самым чувство одиночества нивелируется.

С дедом очень любим кататься на лыжах. Летом часто выходим на пробежку в лес или покататься на велосипедах (ж, 13 лет, Республика Башкортостан);

Я езжу на велосипеде с лучшими друзьями. Летом, когда я приезжаю к двоюродной сестре, мы с ней каждый день ходим на плавание. Мне очень это нравится))) (ж, 12 лет, Республика Башкортостан).

Обращаясь к возрастным категориям респондентов, нельзя не заметить следующую тенденцию: количество активных детей и подростков, принимающих участие в определённом виде спорта, распределяется по годам подобно колоколу — с 10 до 14 лет происходит прирост респондентов, после — спад, соответственно, доля участия снижается. Также стоит отметить, что пиковым возрастом физической активности является в Алтайском крае и Республике Башкортостан является 14 лет, а в Ульяновской области — 13 лет (Таблица 11).

Постепенное снижение активности среди подростков может объясняться возрастающей нагрузкой в школе и предстоящей подготовкой к экзаменам, которые отнимают свободное время респондентов, выделяемых на занятие спортом.

Занимался недавно волейболом, но пока что оставил, так как готовлюсь к экзаменам. Зато делаю дома такие упражнения, как подтягивания, качаю пресс, предплечья (м, 16 лет, Республика Башкортостан);

Дома делаю упражнения, потому что из-за учёбы времени в 11 классе на другое нет (ж, 17 лет, Алтайский край).

В подтверждение данной гипотезы можно обратиться к ситуации, когда у подростков 15–17 лет также сокращается временной ресурс на альтернативный досуг, не требующий особой силовой нагрузки, как спорт. Частота ежедневного и еженедельного времяпрепровождения в виде компьютерных игр снижается с возрастом — в среднем разница по 3-м регионам в 13,9% и 3,1% соответственно. Также практически в 2 раза увеличивается количество тех, кто совсем не играет (Таблица 12).

Являясь объективным показателем, материальное благополучие также может влиять на вовлеченность респондентов в спортивную деятельность. Становясь взросле, они реальнее оценивают финансовое положение семьи, а значит могут понимать, как распределяются в ней доходы. Глядя на данные таблицы 13, прослеживается прямая связь: чем хуже оценивают семейный доход подросток, тем меньше он посвящает времени спорту. Особенно сильно заметна разница при оценке «Денег достаточно, чтобы купить квартиру, дом или все, что считаем нужным» — в среднем на 5,5% (Таблица 13).

Таким образом, создается впечатление, что возраст 15–17 лет является переломным: ребёнок бросает внеурочную физическую активность. Это может повлиять и на иные показатели, например, его социальное самочувствие, социальные связи и иные сферы.

Спорт можно рассматривать в качестве механизма как социализации во взрослую жизнь, так и интеграции в различные социальные группы. Респонденты, вовлеченные в спортивную деятельность, менее одиноки, чем те, кто не занимаются ею. Более того, спортсмены чаще довольны своей жизнью, чем те, кто не активен, особенно это прослеживается при выборе негативных — «совсем не довольны/не довольны (1–2)» — и усред-

ненных — «нейтрально» — оценок (Таблицы 14, 15). Можно предположить, что занятие физической активностью — даже если это индивидуальный вид спорта — проходит в группах, т. е. подросток больше проводит времени со своими единомышленниками — теми, кто занимается таким же ремеслом, — а значит обладает ресурсом по формированию социальных связей и не находится на эмоциональной и социальной обочинах.

Респонденты, посвящающие своё личное время спорту, как правило, больше склонны к позитивной оценке ожиданий будущих достижений: разница в значении отрицательного ответа в Республике Башкортостан — 11,0%, в Ульяновской области — 11,2%. Нельзя не обратить внимание на небольшую разницу данного показателя и высокий процент затруднившихся ответить в Алтайском крае — 2,0% и 33,2%/36,1% соответственно (Таблица 16). Это свидетельствует о том, что спорт способствует повышению и стабилизации социального самочувствия.

Таким образом, дети и подростки, которые не занимаются спортом, менее удовлетворены своей жизнью. К сожалению, большая загруженность — объемные домашние задания, подготовка к экзаменам — вытесняет такую досуговую деятельность, как спорт, что ведет к отсутствию источника эмоциональной разрядки, соответственно, ученики чувствуют себя хуже. Получается, спорт — это отличное средство, которым нельзя пренебрегать для физического и эмоционального здоровья человеческого капитала.

Заключение

Результаты исследовательской работы демонстрируют влияние социально-демографических признаков и факторов на физическую активность и участие в спортивных мероприятиях детей и подростков. В частности, пол и возраст являются значимыми предикторами, влияющими на занятия спортом. Девочки в меньшей степени вовлечены в физическую активность по сравнению с мальчиками, и эта тенденция усиливается с возрастом. Подростки старшего возраста (15–17 лет) проявляют меньшую активность по сравнению с детьми младшего возраста (10–14 лет).

Исследование также выявило, что высокая субъективная оценка собственного здоровья и материального положения семьи положительно коррелируют с занятиями спортом. Кроме того, исследование выявило существенную роль значимых взрослых, а именно родителей, в вовлечении детей и подростков в спорт.

Дети, занимающиеся спортом, также демонстрируют более высокую самооценку, большую удовлетворенность жизнью, меньшее ощущение одиночества и высокие ожидания от самореализации в будущем, чем те, кто не вовлечен в спортивную деятельность. Это подтверждает гипотезу о том, что регулярная физическая активность оказывает положительное воздействие на социальное самочувствие детей и подростков.

Однако необходимо учитывать, что подростки старшего возраста могут проявлять меньшую активность из-за высоких учебных нагрузок и подготовки к экзаменам. Следовательно, необходимо искать пути для интегрирования физической активности в повседневную жизнь детей и обеспечивать доступность различных видов спорта и физических упражнений для всех возрастных групп.

Важно отметить, что исследование основывалось на данных административного онлайн-опроса, что может ограничить репрезентативность выборки. Возможно, потребуется проведение дополнительных исследований с использованием более разнообразных методов сбора данных для получения более полной картины физической активности и спортивных занятий детей и подростков в России.

Вместе с тем едва ли можно умалять важность физической активности и полезность спортивных привычек для детского благополучия. В целях повышения качества жизни детей и подростков и развития человеческого капитала необходимо разработать стратегии для поддержки и поощрения занятий спортом среди всех возрастов, как для мальчиков, так и для девочек. Стоит также учитывать уникальные потребности и обстоятельства каждой половозрастной группы, разрабатывая соответствующие программы и инициативы, чтобы обеспечить равный доступ к спорту и здоровому образу жизни для молодежи.

Литература

1. Вяльшина, А.А. Социально-экономические факторы формирования человеческого капитала детей // Народонаселение. 2017. Т. 20. № 1. С. 125–134.
2. Калабихина, И.Е., Кучмаева, О.В., Казбекова, З.Г., Рогозин, Д.М., Ипамотова, А.А. Как измерить благополучие детей в российских регионах. М.: Фонд Тимченко, 2022.
3. Рябчикова, А.П. Бюджет времени российских школьников, или как инвестируют родители в человеческий капитал детей // Народное образование. 2015. № 7. С. 143–148.
4. Середкина, Е.А., Вьюговская, Е.В. Расходы домохозяйств на дополнительное образование и здоровье детей в возрасте 10–17 лет в регионах России // Демографическое обозрение. 2024. Т. 11. № 2. С. 62–85.
5. Bailey, R., Hillman, C., Arent, S., Petitpas, A. j. Physical Activity: An Underestimated Investment in Human Capital? // Journal of Physical Activity and Health. 2013. Vol. 10. P. 289–308.
6. Eime, R.M., Harvey, J.T. Sport Participation across the Lifespan: Australian Trends and Policy Implications // R. A. Dionigi, M. Gard (eds.) Critical Perspectives. London: Palgrave Macmillan, 2018. P. 23–44.
7. Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. j., Payne, W. R. A Systematic Review of the Psychological and Social Benefits of Participation in Sport for Children and Adolescents: Informing Development of a Conceptual Model of Health through Sport // The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2013. Vol. 10. No. 1. P. 98.
8. Faber, I.R., De Greeff, M. j. W., Bostelaar, A., Schipper van Veldhoven, N. What Moves Youth? — A Survey to Explore the Motivation and Barriers of Dutch Young Adolescents (12–15 Years) to Participate in Sports // Youth. 2023. Vol. 3. No. 3. P. 835–846.
9. Findlay, L. C., Garner, R. E., Kohen, D. E. Children's Organized Physical Activity Patterns from Childhood into Adolescence // Journal of Physical Activity and Health. 2009. Vol. 6. No. 6. P. 708–715.
10. Hallal, P. C., Andersen, L. B., Bull, F. C., Guthold, R., Haskell, W., Ekelund, U. Global Physical Activity Levels: Surveillance Progress, Pitfalls, and Prospects // The Lancet. 2012. Vol. 380. No. 9838. P. 247–257.
11. Lampert, T., Mensink, G. B. M., Romahn, N. et al. Körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland // Bundesgesundheitsblatt. 2007. Bd. 55. S. 634–642.
12. Mathisen, F., Kokko, S., Tynjälä, J., Torsheim, T., Wold, B. Leisure-Time Physical Activity and Participation in Organized Sports: Changes from 1985–2014 in Finland and Norway // Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports. 2019. Vol. 29. No. 8. P. 1232–1242.
13. Quick, S., Simon, A., Thornton, A. PE and Sport Survey 2009/10. Department for Education (DFE), 2010. URL: <https://dera.ioe.ac.uk/id/eprint/846/> (дата обращения: 01.11.2024).
14. Riddoch, C. j., Bo Andersen, L., Wedderkopp, N., Harro, M., Klasson-Heggebo, L., Sardinha, L. B., Cooper, A. R., Ekelund, U. Physical Activity Levels and Patterns of 9- and 15-yr-old European Children // Medicine and Science in Sports and Exercise. 2004. Vol. 36. No. 1. P. 86–92.

15. *Rullestad, A., Meland, E., Mildestvedt, T.* Factors Predicting Physical Activity and Sports Participation in Adolescence // Journal of Environmental and Public Health. 2021. Vol. 2021.
16. *Seabra, A.F., Mendonça, D.M., Thomis, M.A., Peters, T.j., Maia, J.A.* Associations between Sport Participation, Demographic and Socio-Cultural Factors in Portuguese Children and Adolescents // European Journal of Public Health. 2008. Vol. 18. No. 1. P. 25–30.
17. *Spruijtenburg, G.E., van Abswoude, F., Platvoet, S.W., de Niet, M., Bekhuis, H., Steenbergen, B.* Factors Related to Adolescents' Participation in Organized Sports // International Journal of Environmental Research and Public Health (IJERPH). 2022. Vol. 19. No. 23.
18. *Tari-Keresztes, N., Piko, B., Pluhar, Z., Page, R.* Social Influences in Sports Activity among Adolescents // The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health. 2008. Vol. 128. No. 1. P. 21–25.
19. *Toftegaard-Støckel, J., Nielsen, G.A., Ibsen, B., Andersen, L.B.* Parental, Socio and Cultural Factors Associated with Adolescents' Sports Participation in Four Danish Municipalities // Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports. 2011. Vol. 21. No. 4. P. 606–611.
20. *Vella, S.A., Cliff, D.P., Okely, A.D.* Socio-Ecological Predictors of Participation and Dropout in Organized Sports during Childhood // The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2014. Vol. 11. No. 1. P. 62.
21. WHO. Global Recommendations on Physical Activity for Health. World Health Organization, 2010. URL: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf (дата обращения: 01.11.2024).

Таблицы

Таблица 1. Количество ответивших на вопрос о внеурочной спортивной активности по регионам

Регион	Да	Нет	Затрудняюсь ответить
Алтайский край	16 520	14 985	4 044
Калининградская область	3 540	3 198	698
Ленинградская область	3 465	2 939	752
Республика Башкортостан	13 725	10 880	3 539
Республика Карелия	3 195	2 656	644
Тамбовская область	6 673	6 017	1 976
Ульяновская область	10 065	8 829	2 431
ХМАО-ЮГРА	6 093	5 028	1 128

Таблица 2. Вопросы анкеты для анализа спортивной активности детей

Формулировка вопроса	Тип вопроса	Закрытия
Сколько Вам полных лет?	Открытый	Открытый вопрос, можно указать ответ от 10 до 17
Укажите, пожалуйста, Ваш пол:	Закрытый	1. Мужской 2. Женский
Насколько Вы довольны своей жизнью? Оцените от 1 до 5, где 1 — совсем не довольны, 5 — полностью довольны.	Закрытый	1; 2; 3; 4; 5; Затрудняюсь ответить
Вы согласны или не согласны со следующими утверждениями: «Я добьюсь в жизни многого».	Закрытый	1. Полностью согласны 2. Скорее согласны 3. Скорее не согласны 4. Полностью не согласны 99. Затрудняюсь ответить

Таблица 2. (Продолжение)

Формулировка вопроса	Тип вопроса	Закрытия
Есть ли у Вас достижения, успехи, которыми Вы гордитесь?	Полузакрытый	1. Да _____ (какие?) 2. Нет 99. Затрудняюсь ответить
Как часто вы чувствуете себя одиноким?	Закрытый	1. Очень часто 2. Часто 3. Редко 4. Очень редко 5. Никогда 99. Затрудняюсь ответить
Если Вам нужно посоветоваться по какому-то жизненно важному и сложному вопросу, к кому Вы обратитесь?	Полузакрытый	1. К родителям (маме, папе) 2. К другим родственникам (бабушке, дедушке, брату, сестре, тете, дяде и др.) 3. К друзьям 4. К школьному учителю 5. К тренеру, руководителю секции, кружка 6. К другому взрослому, совершенномолетнему другу или знакомому 7. К кому-то другому_____ (к кому?) 8. Ни к кому 99. Затрудняюсь ответить
Есть ли у Вас ограничения по здоровью, которые Вам сильно мешают?	Закрытый	1. Есть 2. Нет 99. Затрудняюсь ответить
Скажите, пожалуйста, Вы занимаетесь физической активностью или каким-либо видом спорта (вне школьных уроков физкультуры или занятий в колледже)?	Полузакрытый	1. Да _____ (какой?) 2. Нет 99. Затрудняюсь ответить

Таблица 2. (Окончание)

Формулировка вопроса	Тип вопроса	Закрытия
Какая из оценок наиболее точно характеризует материальное положение вашей семьи:	Закрытый	1. Денег не хватает даже на еду 2. На еду денег хватает, но покупать одежду затруднительно 3. Денег хватает на еду и одежду, но на более крупные покупки (смартфон, компьютер, телевизор) не хватает 4. Денег хватает на крупные покупки и отдых, но покупка автомобиля недоступна 5. Могли бы купить автомобиль, но покупка квартиры / дома недоступна 6. Денег достаточно, чтобы купить квартиру, дом или все, что считаем нужным 99. Затрудняюсь ответить
Как часто Вы играете в видеоигры (на компьютере, планшете, видеоприставке или смартфоне)?	Закрытый	1. Каждый день 2. Несколько раз в неделю 3. Несколько раз в месяц 4. Несколько раз в год 5. Не играю в видеоигры 99. Затрудняюсь ответить

Таблица 3. Гендерное распределение занимающихся спортивной деятельностью по 3-м выбранным регионам, в %

Укажите, пожалуйста, Ваш пол	Занятия внеурочной спортивной деятельностью		Всего
	Да	Нет	
Мужской	52,6	34,0	44,0
Женский	47,4	66,0	56,0
Всего			100

Таблица 4. Гендерно ориентированные спортивные активности по 3-м выбранным регионам, в %

Виды спортивной активности	Алтайский край		Республика Башкортостан		Ульяновская область	
	Муж.	Жен.	Муж.	Жен.	Муж.	Жен.
Футбол	89,4	10,6	—	—	87,1	12,9
Хоккей	96,3	3,7	95,7	4,3	98,4	1,6
Конный спорт	3,7	96,3	7,3	92,7	5,2	94,8
Танцы	5,9	94,1	7,2	92,8	6,7	93,3

Таблица 5. Степень влияние окружения респондентов по 3-м выбранным регионам, в %

Если Вам нужно посоветоваться по какому-то жизненно важному и сложному вопросу, к кому Вы обратитесь?	Занятия внеурочной спортивной деятельностью по выбранным регионам		
	Да	Нет	Затрудняюсь ответить
К родителям (маме, папе) — Алтайский край	71,7	65,2	60,6
К родителям (маме, папе) — Республика Башкортостан	73,9	67,1	62,1
К родителям (маме, папе) — Ульяновская область	76,5	70,9	66,9
К другим родственникам (бабушке, дедушке, брату, сестре, тете, дяде и др.) — Алтайский край	30,8	27,4	27,0
К другим родственникам — Республика Башкортостан	30,9	25,5	23,9
К другим родственникам — Ульяновская область	34,4	29,4	28,9
К друзьям — Алтайский край	46,7	42,5	39,6
К друзьям — Республика Башкортостан	43,5	39,9	37,4

Таблица 5. (Окончание)

Если Вам нужно посоветоваться по какому-то жизненно важному и сложному вопросу, к кому Вы обратитесь?	Занятия внеурочной спортивной деятельностью по выбранным регионам		
	Да	Нет	Затрудняюсь ответить
К школьному учителю; тренеру, руководителю секции/кружка; к другому взрослому, совершенолетнему другу или знакомому; к кому-то другому — Алтайский край	18,8	12,2	12,2
<...> — Республика Башкортостан	15,0	9,4	10,4
<...> — Ульяновская область	18,5	11,3	11,9
Ни к кому — Алтайский край	1,6	1,4	1,4
Ни к кому — Республика Башкортостан	5,3	8,4	7,5
Ни к кому — Ульяновская область	4,7	7,1	6,7
Затрудняюсь ответить — Алтайский край	2,2	2,8	11,2
Затрудняюсь ответить — Республика Башкортостан	2,5	3,2	11,2
Затрудняюсь ответить — Ульяновская область	2,1	2,7	8,9

Таблица 6. Вовлеченность в спортивную активность в зависимости от возрастной группы и пола по 3-м выбранным регионам, в %

Укажите, пожалуйста, Ваш пол и возраст	Занятия внеурочной спортивной деятельностью по выбранным регионам								
	Алтайский край			Республика Башкортостан			Ульяновская область		
	Да	Нет	3/o	Да	Нет	3/o	Да	Нет	3/o
10–14 (м)	34	23	26	38	25	29	38	25	30
10–14 (ж)	18	12	18	14	8	13	15	9	14
15–17 (м)	32	41	34	34	46	39	33	47	37
15–17 (ж)	16	25	22	13	21	19	13	20	18

Таблица 7. Ограничения по здоровью среди респондентов по 3-м выбранным регионам, в %

Есть ли у вас ограничения по здоровью, которые вам сильно мешают?	Занятия внеурочной спортивной деятельностью по выбранным регионам								
	Алтайский край			Республика Башкортостан			Ульяновская область		
	Да	Нет	3/о	Да	Нет	3/о	Да	Нет	3/о
Есть	10,3	11,8	7,3	9,5	10,3	7,0	9,4	10,7	7,1
Нет	83,3	77,8	66,8	83,7	80,8	68,5	84,3	80,3	69,5
Затрудняюсь ответить	6,4	10,4	25,9	6,8	8,9	24,4	6,3	9,0	23,4

Таблица 8. Степень удовлетворенности жизнью у вовлеченных и не вовлеченных в спортивную деятельность по 3-м выбранным регионам, в %

Занятия внеурочной спортивной деятельностью	Насколько Вы довольны своей жизнью?											
	Алтайский край				Республика Башкортостан				Ульяновская область			
	1–2 ¹	3 ²	4–5 ³	6 ⁴	1–2	3	4–5	6	1–2	3	4–5	6
	34,7	39,8	48,7	32,1	34,6	40,2	51,1	30,6	34,5	41,5	48,9	33,4
Да	34,7	39,8	48,7	32,1	34,6	40,2	51,1	30,6	34,5	41,5	48,9	33,4
Нет	53,9	48,0	40,3	44,3	52,7	44,1	37,0	41,7	55,8	46,0	40,0	44,6
Затрудняюсь ответить	11,4	12,2	11,0	23,6	12,7	15,8	11,8	27,7	9,7	12,5	11,1	21,9

¹ Совсем не довольны/не довольны

² Нейтрально

³ Полностью довольны/довольны

⁴ Затрудняюсь ответить

Таблица 9. Оценка своего будущего респондентами, вовлеченных или не вовлеченных в спортивную деятельность по 3-м выбранным регионам, в %

Занятия внеурочной спортивной деятельностью	Я добьюсь много в жизни								
	Алтайский край			Республика Башкортостан			Ульяновская область		
	Да ⁵	Нет ⁶	3/о	Да	Нет	3/о	Да	Нет	3/о
Да	49,2	29,7	30,4	51,0	29,5	31,4	49,2	33,2	32,4
Нет	40,0	60,2	50,7	37,1	60,4	44,4	40,0	55,9	47,9
Затрудняюсь ответить	10,8	10,2	18,9	11,9	10,1	24,2	10,8	10,9	19,6

Таблица 10. Вопрос о чувстве одиночества у вовлеченных и не вовлеченных в спортивную деятельность по 3-м выбранным регионам, в %

Занятия внеурочной спортивной деятельностью	Как часто Вы чувствуете себя одиноким?											
	Алтайский край				Республика Башкортостан				Ульяновская область			
	1–2 ⁷	3–4 ⁸	5 ⁹	6 ¹⁰	1–2	3–4	5	6	1–2	3–4	5	6
Да	39,9	47,6	52,1	30,4	41,5	50,4	53,2	31,3	41,4	47,9	51,5	30,6
Нет	48,6	41,3	38,7	40,6	46,1	37,6	36,0	34,8	47,3	41,1	38,7	37,0
Затрудняюсь ответить	11,4	11,2	9,2	29,0	12,4	12,1	10,8	33,9	11,3	11,0	9,8	32,2

⁵ Полностью согласны/Скорее согласны

⁶ Полностью не согласны/скорее не согласны

⁷ Очень часто/часто

⁸ Очень редко/редко

⁹ Никогда

¹⁰ Затрудняюсь ответить

Таблица 11. Вовлеченность во внеурочную физическую активность по возрастам, по 3-м выбранным регионам, в %

Сколько Вам полных лет?	Занятия внеурочной спортивной деятельностью по выбранным регионам								
	Алтайский край			Республика Башкортостан			Ульяновская область		
	Да	Нет	3/о	Да	Нет	3/о	Да	Нет	3/о
10 лет	3,2	3,6	2,7	5,5	5,4	3,6	7,2	7,2	5,1
11 лет	10,1	9,2	7,3	12,1	11,4	9,7	12,4	12,1	9,4
12 лет	16,4	15,3	13,4	17,9	16,7	15,3	17,2	15,6	14,5
13 лет	18,3	17,4	16,9	18,3	17,7	19,2	18,1	17,9	18,8
14 лет	17,8	18,3	19,6	19,1	19,4	20,3	16,9	18,6	19,5
15 лет	15,2	16,1	18,2	14,2	14,5	17,6	14,9	14,1	16,2
16 лет	11,0	11,6	12,2	8,4	9,3	9,0	8,4	8,7	10,3
17 лет	8,0	8,5	9,8	4,6	5,7	5,3	5,0	5,8	6,1

Таблица 12. Проведение свободного времени за видеоиграми среди разных возрастных групп по 3-м выбранным регионам, в %

Как часто Вы играете в видеоигры (на компьютере, планшете, видеоприставке или смартфоне)?	Сколько Вам полных лет?					
	Алтайский край		Республика Башкортостан		Ульяновская область	
	Подростки 10–14 лет	Подростки 15–17 лет	Подростки 10–14 лет	Подростки 15–17 лет	Подростки 10–14 лет	Подростки 15–17 лет
Каждый день	50,8	38,3	45,9	31,2	49,8	35,2
Несколько раз в неделю	27,1	24,7	28,9	24,7	28,6	25,8
Несколько раз в месяц	5,8	9,2	6,4	10,3	5,5	9,5
Несколько раз в год	1,9	3,8	2,1	4,2	1,7	4,1
Не играю в видеоигры	11,4	21,0	13,0	26,4	11,3	22,6
Затрудняюсь ответить	2,9	3,0	3,7	3,2	3,1	2,7

Таблица 13. Материальное благополучие среди разных возрастных групп по 3-м выбранным регионам, в %

Сколько Вам полных лет?												
Алтайский край						Республика Башкортостан				Ульяновская область		
Подростки 10–14 лет		Подростки 15–17 лет		Подростки 10–14 лет		Подростки 15–17 лет		Подростки 10–14 лет		Подростки 15–17 лет		
Да ¹¹	Нет ¹²	Да	Нет	Да	Нет	Да	Нет	Да	Нет	Да	Нет	
1	0,6	0,9	0,6	1,1	0,3	0,8	0,5	0,6	0,4	0,6	0,4	0,6
2	5,1	7,5	4,2	7,8	3,1	5,1	3,1	5,5	4,1	5,7	3,5	5,8
3	32,7	38,2	30,4	37,6	28,1	34,3	26,9	32,9	31,6	38,9	29,7	32,7
4	22,9	20,8	26,4	22,6	23,9	20,9	26,4	24,8	23,9	21,0	27,0	26,3
5	6,6	4,8	8,1	6,3	6,1	5,2	8,0	6,2	6,2	5,0	7,8	6,5
6	18,3	12,3	18,2	11,5	23,1	17,1	21,4	16,2	18,7	13,2	18,9	15,4
7	13,8	15,3	12,2	13,1	15,4	16,6	13,6	13,7	15,1	15,6	12,8	12,7

1 — Денег не хватает даже на еду

2 — На еду денег хватает, но покупать одежду затруднительно

3 — Денег хватает на еду и одежду, но на более крупные покупки (смартфон, компьютер, телевизор) не хватает

4 — Денег хватает на крупные покупки и отдых, но покупка автомобиля недоступна

5 — Могли бы купить автомобиль, но покупка квартиры / дома недоступна

6 — Денег достаточно, чтобы купить квартиру, дом или все, что считаем нужным

7 — Затрудняюсь ответить

¹¹ Занимаются спортом

¹² Не занимаются спортом

Таблица 14. Вопрос про удовлетворенность жизнью подростками 15–17 лет, вовлеченных и не вовлеченных в спорт, по 3-м выбранным регионам, в %

Исследуемые группы	Насколько Вы довольны своей жизнью?											
	Алтайский край				Республика Башкортостан				Ульяновская область			
	1–2	3	4–5	6	1–2	3	4–5	6	1–2	3	4–5	6
Подростки 15–17 лет, занимающиеся спортом	40,5	39,8	33,3	34,5	34,5	33,4	26,3	28,1	34,7	34,9	27,3	26,9
Подростки 15–17 лет, не занимающиеся спортом	47,2	43,7	33,9	34,2	41,7	37,4	27,3	29,5	38,7	41,6	26,1	24,0

Таблица 15. Вопросы о чувстве одиночества у подростков 15–17 лет, вовлеченных и не вовлеченных в спорт, по 3-м выбранным регионам, в %

Исследуемые группы	Как часто Вы чувствуете себя одиноким?											
	Алтайский край				Республика Башкортостан				Ульяновская область			
	1–2 ¹³	3–4 ¹⁴	5 ¹⁵	6 ¹⁶	1–2	3–4	5	6	1–2	3–4	5	6
Подростки 15–17 лет, занимающиеся спортом	38,7	34,4	31,4	31,2	32,4	27,8	22,8	26,8	33,7	28,7	25,0	19,3
Подростки 15–17 лет, не занимающиеся спортом	44,1	35,9	29,5	30,4	37,3	29,7	21,7	26,5	36,7	28,4	23,2	21,0

¹³ Очень часто/часто

¹⁴ Очень редко/редко

¹⁵ Никогда

¹⁶ Затрудняюсь ответить

Таблица 16. Вопрос про согласие с утверждением «Я добьюсь в жизни многоего» у подростков 15–17 лет, вовлеченных и не вовлеченных в спорт по 3-м выбранным регионам, в %

Исследуемые группы	Я добьюсь много в жизни								
	Алтайский край			Республика Башкортостан			Ульяновская область		
	Да	Нет	3/о	Да	Нет	3/о	Да	Нет	3/о
Подростки 15–17 лет, занимающиеся спортом	34,2	38,0	33,2	27,4	21,0	27,2	28,7	19,9	25,4
Подростки 15–17 лет, не занимающиеся спортом	35,9	40,0	36,1	29,2	32,0	29,5	28,6	30,3	26,7

Sports engagement among adolescents in russian regions

Elena V. Vyugovskaya, research fellow, Center “Institute for Social Analysis and Forecasting”, Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration (RANEPA), Moscow, Russia.

ORCID: 0000-0003-3488-6025

Email: vyugovskaya-ev@ranepa.ru

Polina I. Tynkova, lead specialist, Directorate for Strategy and Education Quality Assessment, Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration (RANEPA), Moscow, Russia.

ORCID: 0009-0004-6498-1749

Email: tynkova_pi@ranepa.ru

Abstract

The article is based on data from the administrative online survey conducted among school students aged 10–17 in eight regions of Russia. For analysis, we selected observations containing positive responses to the question about engaging in physical training or any kind of sport (excluding school or college physical education classes) from the three regions with the highest response: the Altai Territory, the Republic of Bashkortostan, and Ulyanovsk Oblast. The study revealed some social and demographic characteristics and trends typical for children who participate in sports regularly, as well as factors that determine the likelihood of increasing the regularity of sports activity. The authors found that the child's gender and age are significant factors for physical activity. Girls are less likely to go in for sport out of school than boys (the same effect is observed among adolescents of 15–17 years old), that can be explained by high academic load and preparation for exams. A high subjective assessment of one's health and the family's financial situation positively correlates with sports activities. Children who participate in sports feel happier and more satisfied with their lives, they are less lonely and more confident that they will achieve more in life than those who are not involved in extracurricular physical activity. This confirms that regular physical activity has a positive effect on a child's social well-being, but this finding makes one think deeply about the well-being of older adolescents, who often do not support extracurricular sports activity at all. The article was written on the basis of the RANEPA state assignment research programme.

Keywords: sport, children, extra-school education, healthy lifestyle, self-concept, human capital

For citation: Vyugovskaya, E.V., Tynkova, P.I. (2026). Sport v zhizni podrostkov v rossijskikh regionakh [Sports Engagement among Adolescents in Russian Regions]. *Sotsiologiya zabyoty* [Russian Sociology of Care]. Vol. 1. No. 1. P. 57–86. (In Russ.)

References

1. Bailey, R., Hillman, C., Arent, S., Petittpas, A.j. (2013). Physical Activity: An Underestimated Investment in Human Capital? *Journal of Physical Activity and Health*. Vol. 10. P. 289–308.
2. Eime, R.M., Harvey, J.T. (2018). Sport Participation across the Lifespan: Australian Trends and Policy Implications. In R.A. Dionigi, M. Gard (eds.). *Critical Perspectives*. London: Palgrave Macmillan. P. 23–44.
3. Eime, R.M., Young, J.A., Harvey, J.T., Charity, M.j., Payne, W.R. (2013). A Systematic Review of the Psychological and Social Benefits of Participation in Sport for Children and Adolescents: Informing Development of a Conceptual Model of Health through Sport. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. Vol. 10. No. 1. P. 98.
4. Faber, I.R., De Greeff, M.j.W., Bostelaar, A., Schipper van Veldhoven, N. (2023). What Moves Youth? — A Survey to Explore the Motivation and Barriers of Dutch Young Adolescents (12–15 Years) to Participate in Sports. *Youth*. Vol. 3. No. 3. P. 835–846.
5. Findlay, L.C., Garner, R.E., Kohen, D.E. (2009). Children's Organized Physical Activity Patterns from Childhood into Adolescence. *Journal of Physical Activity and Health*. Vol. 6. No. 6. P. 708–715.
6. Hallal, P.C., Andersen, L.B., Bull, F.C., Guthold, R., Haskell, W., Ekelund, U. (2012). Global Physical Activity Levels: Surveillance Progress, Pitfalls, and Prospects. *The Lancet*. Vol. 380. No. 9838. P. 247–257.
7. Kalabikhina, I.E., Kuchmaeva, O.V., Kazbekova, Z.G., Rogozin, D.M., Ipatova, A.A. (2022). *Kak izmerit' blagopoluchie detej v rossijskikh regionakh* [How to Measure Child Well-Being in Russian Regions]. Moscow: Fond Timchenko. (In Russ.)
8. Lampert, T., Mensink, G.B.M., Romahn, N. et al. (2007). Körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. *Bundesgesundheitsblatt*. Bd. 50. S. 634–642.
9. Mathisen, F., Kokko, S., Tynjälä, J., Torsheim, T., Wold, B. (2019). Leisure-Time Physical Activity and Participation in Organized Sports: Changes from 1985–2014 in Finland and Norway. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*. Vol. 29. No. 8. P. 1232–1242.
10. Quick, S., Simon, A., Thornton, A. (2010). *PE and Sport Survey 2009/10*. Department for Education (DFE). URL: <https://dera.ioe.ac.uk/id/eprint/846/>
11. Riddoch, C.j., Bo Andersen, L., Wedderkopp, N., Harro, M., Klasson-Heg-

- gebo, L., Sardinha, L. B., Cooper, A. R., Ekelund, U. (2004). Physical Activity Levels and Patterns of 9- and 15-yr-old European Children. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. Vol. 36. No. 1. P. 86–92.
12. Rullestad, A., Meland, E., Mildestvedt, T. (2021). Factors Predicting Physical Activity and Sports Participation in Adolescence. *Journal of Environmental and Public Health*. Vol. 2021.
13. Ryabchikova, A.P. (2015). Byudzhet vremeni rossijskikh shkol'nikov, ili kak investiruyut roditeli v chelovecheskij kapital detej [Time budget of Russian schoolchildren, or how parents invest in children's human capital]. *Narodnoe obrazovanie* [National Education]. No. 7. P. 143–148. (In Russ.)
14. Seabra, A. F., Mendonça, D. M., Thomis, M. A., Peters, T. j., Maia, J. A. (2008). Associations between Sport Participation, Demographic and Socio-Cultural Factors in Portuguese Children and Adolescents. *European Journal of Public Health*. Vol. 18. No. 1. P. 25–30.
15. Seredkina, E. A., Vyugovskaya, E. V. (2024). Raskhody domokhozyajstv na dopolnitel'noe obrazovanie i zdorov'e detej v vozraste 10–17 let v regionakh Rossii [Household Expenditures on Supplementary Education and Health of Children Aged 10–17 in Russian Regions]. *Demograficheskoe obozrenie* [Demographic Review]. Vol. 11. No. 2. P. 62–85. (In Russ.)
16. Spruijttenburg, G. E., van Abswoude, F., Platvoet, S. W., de Niet, M., Bekhuis, H., Steenbergen, B. (2022). Factors Related to Adolescents' Participation in Organized Sports. *International Journal of Environmental Research and Public Health (IJERPH)*. Vol. 19. No. 23.
17. Tari-Keresztes, N., Piko, B., Pluhar, Z., Page, R. (2008). Social Influences in Sports Activity among Adolescents. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*. Vol. 128. No. 1. P. 21–25.
18. Toftegaard-Støckel, J., Nielsen, G. A., Ibsen, B., Andersen, L. B. (2011). Parental, Socio and Cultural Factors Associated with Adolescents' Sports Participation in Four Danish Municipalities. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*. Vol. 21. No. 4. P. 606–611.
19. Vella, S. A., Cliff, D. P., Okely, A. D. (2014). Socio-Ecological Predictors of Participation and Dropout in Organized Sports during Childhood. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. Vol. 11. No. 1. P. 62.
20. Vyal'shina, A. A. (2017). Sotsial'no-ekonomicheskie faktory formirovaniya chelovecheskogo kapitala detej [Socio-economic factors of children's human capital formation]. *Narodnaselenie* [Population]. Vol. 20. No. 1. P. 125–134. (In Russ.)
21. WHO (2010). Global Recommendations on Physical Activity for Health. *World Health Organization*. URL: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf.