



Отношение современной молодежи к здоровому образу жизни и спорту (на примере исследования в Иркутской области)

© В.А. Авилова, Ю.Г. Алсаева, Е.Г. Копалкина¹, Е.В. Гамаюнова²

¹Байкальский государственный университет,
г. Иркутск, Российская Федерация,

²Иркутский колледж экономики, сервиса и туризма,
г. Иркутск, Российская Федерация

Аннотация. Целью данной статьи является определение и анализ ценности здорового образа жизни и спорта в системе жизненных ценностей современной молодежи на примере социологического исследования, проведенного Министерством по молодежной политике Иркутской области (n=900, 2019) для ежегодного государственного доклада «Молодежь Иркутской области». Основными методами, используемыми в работе, являлись сравнительный анализ, вторичный анализ данных, анализ статистических данных. Информационную базу исследования составили научные работы российских и зарубежных авторов по теме здорового образа жизни и спорта, статистическая информация и материалы Федеральной службы государственной статистики, территориального органа Федеральной службы государственной статистики по Иркутской области, Министерства спорта Иркутской области, Министерства по молодежной политике Иркутской области за период с 2016 по 2021 гг.; результаты социологических исследований, направленных на определение роли здорового образа жизни и спорта в жизненных стратегиях современной молодежи, основных тенденций и интереса к здоровому образу жизни, укрепления здоровья, занятию спортом, изменений уровня физической активности в период COVID-19. В качестве основных выводов были раскрыты положения об изменениях в отношении современной молодежи к физической культуре и спорту, о необходимой связи социологических исследований, в которых зачастую не затрагивается вопрос психического здоровья молодежи, с медико-биологическими и с задачами и результатами федеральных и региональных программ и проектов.

Ключевые слова: молодежь, спорт, здоровый образ жизни, спортивная инфраструктура, государственная молодежная политика, ценностные ориентации, Иркутская область

Для цитирования: Авилова В.А., Алсаева Ю.Г., Копалкина Е.Г., Гамаюнова Е.В. Отношение современной молодежи к здоровому образу жизни и спорту (на примере исследования в Иркутской области) // *Социальная компетентность*. 2023. Т. 8. № 1. С. 101–110.

The attitude of modern youth to a healthy lifestyle and sports (on the example of research in the Irkutsk region)

© Veronika A. Avilova, Yulia G. Alsaeva, Evgeniya G. Kopalkina¹,
Elena V. Gamayunova²

¹Baikal State University, Irkutsk, Russia

²Irkutsk College of Economics, Service and Tourism, Irkutsk, Russian Federation

Abstract. The purpose of this article is to determine and analyze the value of a healthy lifestyle and sports in the system of life values of modern youth on the example of a sociological study conducted by the Ministry of Youth Policy of the Irkutsk region (n=900, 2019) for the annual state report "Youth of the Irkutsk region". The main methods used in the work were comparative analysis, secondary data analysis, statistical data analysis. The information base of the study was made up of scientific works by Russian and foreign authors on the topic of healthy lifestyle and sports, statistical information and materials of the Federal State Statistics Service, the territorial body of the Federal State Statistics Service for the Irkutsk Region, the Ministry of Sports of the Irkutsk Region, the Ministry of Youth Policy of the Irkutsk Region for the period from 2016 to 2021; the results of sociological studies aimed at determining the role of a healthy lifestyle and sports in the life strategies of modern youth, the main trends and interest in a healthy lifestyle, health promotion, sports, changes in the level of physical activity during COVID-19. As the main conclusions, the provisions on changes in the attitude of modern youth to physical culture and sports, on the necessary connection of sociological research, which often does not address the issue of mental health of young people, with biomedical and with the objectives and results of federal and regional programs and projects were disclosed.

Keywords: youth, sports, healthy lifestyle, sports infrastructure, state youth policy, value orientations, Irkutsk region

For citation: Avilova V.A., Alsaeva Yu. G., Kopalkina E.G., Gamayunova E.V. (2023) The attitude of modern youth to a healthy lifestyle and sports (on the example of research in the Irkutsk region). *Sotsial'naya kompetentnost'* = *Social Competence*. Vol. 8. No. 1. P. 101-110. (In Russ.).

Введение

Здоровье населения является одним из ключевых показателей его качества жизни, фактором социально-экономического потенциала, благополучия и устойчивого положения страны, а потому и ведущим приоритетом в деятельности государства. Вопросы профилактики различных заболеваний, укрепления здоровья, сохранения трудоспособности сегодня имеют стратегическое значение не только в экономическом, но и в социальном, и геополитическом аспектах. *Пропаганда здорового образа жизни и спорта, их популяризация* среди населения является важнейшей задачей нашего государства, что находит свое отражение в принятии и реализации *федеральных и региональных программ и проектов*. Правительство РФ в ноябре 2020 года утвердило Стратегию развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, в сентябре 2021 года – государственную программу РФ «Развитие физической культуры и спорта». На территории нашей страны реализуется также федеральный проект «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография». В Иркутской области

действуют пять ведомственных целевых программ¹, и государственная программа «Развитие физической культуры и спорта»² на 2019–2024 гг., в которой ожидаемым конечным результатом ее реализации является увеличение доли населения Иркутской области, систематически занимающегося физической культурой и спортом, в общей численности населения Иркутской области в возрасте 3–79 лет до 43,5 % в 2024 году.

Трудовые ресурсы страны, политическая стабильность, экономическое благополучие и духовно-нравственный уровень населения зависят прежде всего от *состояния здоровья молодежи*, которое на современном этапе характеризуется его ухудшением в связи возрастанием и изменением характера нагрузок на организм молодых людей, усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного, экологического, психологического, политического и военного характера, провоцирующих негативные последствия. На рис. 1 раскрывается тенденция к снижению численности молодежи в Российской Федерации за период с 2016 по 2022 гг.

В связи с тем, что в принятом Федеральном законе от 30 декабря 2020 года

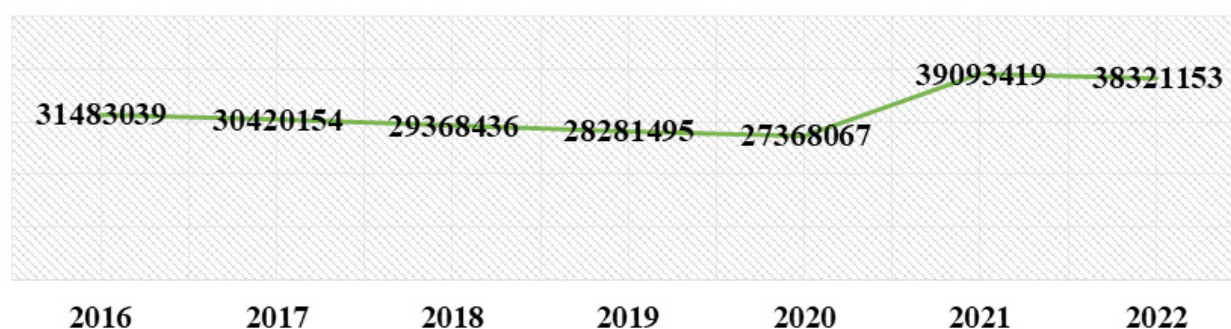


Рис. 1. Динамика изменения численности молодежи в Российской Федерации за 2016–2022 гг., чел.³

Fig. 1. Dynamics of changes in the number of young people in the Russian Federation for 2016–2022, people

¹Ведомственные целевые программы. [Электронный ресурс]. URL: <https://irkobl.ru/sites/minsport/gosprog/department/> (10.10.2022).

²Государственная программа Иркутской области «Развитие физической культуры и спорта на 2019–2024 гг.». [Электронный ресурс]. URL: <https://irkobl.ru/sites/minsport/gosprog/> (10.10.2022).

³Диаграмма была составлена авторами на основе статистических данных, представленных на сайте Федеральной службы государственной статистики.

№ 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации» определяется молодежь как граждане в возрасте от 14 до 35 лет включительно⁴ (ранее – до 30 лет), то за период с 2020–2021 гг. наблюдается резкий подъем по показателям: за 2020 год доля молодежи в структуре всего населения составила 18,7 % (27 368 067 чел.), за 2021 год – 26,7 % (39 093 419 чел.), тем не менее к началу 2022 года тенденция снижения численности молодежи сохранилась, ее доля составила 26,3 % (38 321 153 чел.).

Анализируя представленные данные на рис. 2, также можно наблюдать тенденцию сокращения численности молодежи в Иркутской области за период с 2016 по 2022 гг.. После расширения возрастных границ молодежи, следует отметить увеличение её доли от общей численности населения: в 2020 году показатель составил 20 % от общей численности, в 2021 году этот показатель равнялся 28,2 %. Однако в 2022 году доля численности молодежи снизилась до 28,05 %, разница между 2021 и 2022 годами составила 0,2 % (8 972 человека). Таким образом, несмотря на увеличение возраста до 35 лет включительно, прослеживается тенденция к снижению доли молодежи от общей численности населения за 2016–2022 гг.

Здоровый образ жизни и спорт для современной молодежи является темой достаточно разработанной. В последние годы

российскими исследователями анализировались такие аспекты как:

– стремление к здоровому образу жизни как отражение трансформации ценностей в сознании молодежи или как показатель развития модных тенденций в современной культуре (Благородова, 2019);

– занятия физической культурой и спортом в контексте стратегий жизненной активности молодежи (Коробченко, 2022);

– особенности и характеристики молодых людей, занимающихся физической культурой и спортом, в отличие от той части молодежи, которая не занимается (Топеха, 2019);

– исследование ценностного отношения молодежи к здоровью, спорту, активному образу жизни в контексте реализации образовательных программ вузов и государственных программ в области физической культуры и спорта (Михайлова, 2020; Осик, 2018);

– зарубежный опыт мониторинга и менеджмента здоровья, образа жизни и физической активности студенческой молодежи (Захарова, 2021);

– отражение мотивации молодежи к созданию и ведению в контенте блогов о здоровом образе жизни (Кульпин, 2020);

– изменение уровня физической активности студенческой молодежи в период пандемии COVID-19 (Михайлова, 2022);

– спорт и физическая культура в жизни

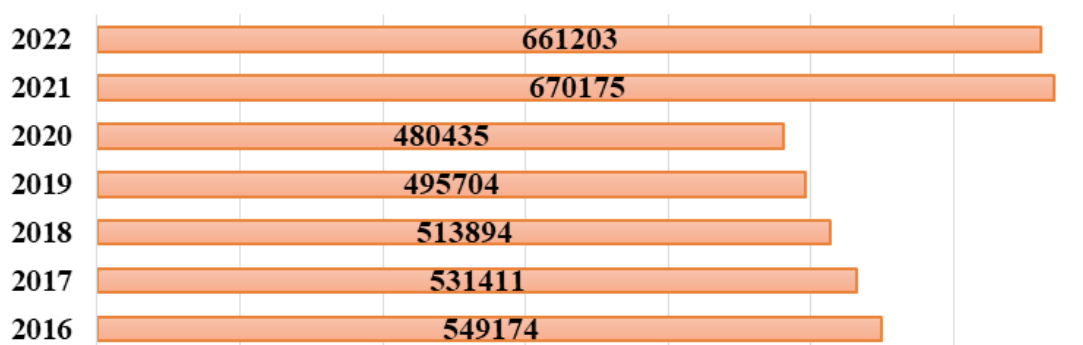


Рис. 2. Динамика изменения численности молодежи в Иркутской области за 2016–2022 гг., чел.⁵

Fig. 2. Dynamics of changes in the number of young people in the Irkutsk region for 2016-2022, people

⁴ В соответствии со ст. 2 ФЗ от 30 декабря 2020 г. № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации».

⁵ Диаграмма была составлена авторами на основе статистических данных, представленных на сайте Территориального органа Федеральной службы государственной статистики по Иркутской области.

православных людей, в том числе и молодежи (Коняхин, 2020).

Повышенное внимание к вопросу здорового образа жизни, спорта, физической активности, здорового питания, их популяризации и пропаганде среди современной молодежи акцентируется не только на национальном, но и на глобальном уровне (Eriksen, 2022; Knoester, 2022; Veken, 2021; Branquinho, 2022; Whitley 2022). Профилактические мероприятия являются частью молодежной политики и политики здравоохранения во всем мире. Как справедливо пишут исследователи А.Н. Захарова, Ю.А. Карвунис, Л.В. Капилевич, здоровье населения сегодня рассматривается не только как медицинская, но и как социальная проблема, поэтому в процессе управления здоровьем необходимо больше основываться на социально-гуманитарных, чем на медицинских принципах, что и предусматривают активное вовлечение молодежи в самоосознание ценности своего здоровья (Захарова, 2021).

Методология и методы

Теоретико-методологическую базу для понимания ценностного отношения современной молодежи к здоровому образу жизни и спорту заложили исследования Е.А. Благородовой, Т.А. Михайловой, Е.С. Студеникиной, Л.В. Усовой, В.И. Осик, В.А. Гуляевой, Н.П. Белозеровой, Т.А. Топеха, Д.А. Савина. С целью вторичного анализа использовались данные пяти социологических исследований:

– результаты *анкетного опроса*, направленного на выявление изменений в повседневных практиках в период COVID-19 студенческой молодежи в области физической активности и заботы о своем здоровье, проведенного в октябре-декабре 2021 года в Краснодарском крае (было опрошено 100 чел.) и *экспертного интервью*, в котором приняли участие четыре эксперта: Владислав (37 лет, мастер спорта, тренер – кикбоксинг, г. Крымск), Татьяна (42 года, фитнес-тренер, г. Геленджик), Людмила (46 лет, преподаватель вуза), Татьяна (31 год, врач, г. Новороссийск) (Михайлова, 2022);

– данные анкетного и экспертного опроса с целью определения места физической культуры в образе жизни современной молодежи и своем отношении к спорту, проведенного в Краснодарском крае, в августе-ноябре 2019 года (было опрошено 74 чел.) (Михайлова, 2020);

– результаты сравнительного анализа социологических исследований, проведенных в студенческой среде г. Перми научными группами ПНИПУ, ПГНИУ, ПГАТУ – 1). «Дом, в котором ты живешь», (n = 945, 1981 г.); 2). «Студенчество как первая ступень взрослой жизни», (n = 608, 2016 г.); 3). «Спорт в жизни студента», (n = 145, 2017 г.) (Топеха, 2019);

– результаты анкетирования, проведенного после изучения состояния здоровья и образа жизни студентов КГУФКСТ, обучающихся по направлению «Физическая культура» в возрасте 19–25 лет (81 чел.) и студентов не физкультурных вузов Кубани (КГАУ и КГТУ) (65 чел.) в возрасте 20–28 лет на базе Краснодарского Центра здоровья в 2016–2017 учебном году (Осик, 2018);

– результаты анкетирования, проведенного с целью определения основных тенденций и интереса к здоровому образу жизни, занятию спортом, правильному питанию и отношению к вегетарианству, в рамках исследования «Молодежь Иркутской области: жизненные ценности» для ежегодного государственного доклада «Молодежь Иркутской области» (n = 900, 2019 г.)⁶.

В статье также была использована статистическая информация Федеральной службы государственной статистики, территориального органа Федеральной службы государственной статистики по Иркутской области, Министерства спорта Иркутской области, Министерства по молодежной политике Иркутской области за период с 2016 по 2021 гг.

⁶ Государственный доклад «Молодежь Иркутской области». [Электронный ресурс]. URL: <https://mmp38.ru/activities/the-report-is-of-great/> (10.12.2022).

Результаты

На территории Иркутской области по данным на 1 января 2021 года действует 5 041 физкультурно-оздоровительный комплекс и другие спортивные сооружения (в 2018 году – 3 918, в 2019 году – 3 931). В 2020 году 52 137 человек в возрасте от 14 до 30 лет в Иркутской области занимаются в спортивных объединениях, что составляет 11,2 % от общей численности молодежи на конец 2020 года. В 2019 году занимались массовым спортом 66 500 человек, из них 55 700 – дети и молодежь до 29 лет включительно. Сдали нормы ГТО 7 730 молодых людей, что составляет 1,66 % от общей численности молодежи (в 2016 году – 4 881 чел., 2017 году – 4 968 чел., в 2018 году – 3 361 чел., в 2019 году – 6937 чел.). В рамках государственной программы Иркутской области «Развитие физической культуры и спорта на 2019 – 2024 гг.» было организовано более 46 физкультурных мероприятий в Иркутской области для детей и учащейся молодежи. В Иркутской области действуют 172 спортивных объединения (из них 79 – в общеобразовательных организациях, 3 – при образовательных организациях высшего образования).

В Иркутской области доля учащихся и студентов, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности учащихся и студентов в 2018 г. составила 59,7 % (для сравнения: в 2017 г. – 59,1 %). По сравнению с 2017 г. на 10,4 тыс. чел. увеличилось число подростков и молодежи с 15 до 29 лет, занимающихся физической культурой во внеурочное время, и составило 251,6 тыс. чел. (табл.).

Широкомасштабное исследование отношения молодежи к здоровому образу жизни и спорту проводилось в 2019 году в рамках социологического исследования «Жизненные ценности молодежи Иркутской области», инициируемого Министерством по молодежной политике Иркутской области для своего ежегодного государственного доклада. Анкетирование было проведено в 13 муниципальных образованиях Иркутской области – городах Братск, Иркутск, Саянск,

Свирск, Усолье-Сибирское, Усть-Илимск, Черемхово, Ангарск, а также Заларинском, Иркутском, Мамско-Чуйским, Ольхонском и Шелеховском районах. Выборочная совокупность составила 900 человек (около 0,3 % от генеральной совокупности в каждом из 13 муниципальных образований): *возрасте* 14–17 лет анкетирование прошли 22,0 % (198 чел.) от общего числа, 18–24 года – 35,11 % (316 человек) и 25–30 лет – 42,89 % (386 чел.); *относительно социального статуса*: учащаяся молодежь – 22,00 % (198 чел. от объема выборочной совокупности), студенческая молодежь – 35,11 % (316 чел.), работающая молодежь – 42,89 % (386 чел.); по гендерной принадлежности: 67 % – женщины в возрасте от 14 до 30 лет (606 чел.), 33 % мужчин в возрасте от 14 до 30 лет (294 чел.).

На вопрос о том, *чем для вас характеризуется здоровый образ жизни* (можно было выбрать несколько вариантов ответов), на первом месте стоит ответ «заниматься спортом, поддерживать оптимальную физическую форму» (20,16 %, 772 чел.), на втором месте – «не пить, не курить, не употреблять наркотики» (19,54 %, 748 чел.), на третье место респонденты поставили «здоровое питание» (16,14 %, 618 чел.). Примерно в одинаковом соотношении находятся ответы «соблюдение правил гигиены» (15,38%, 589 чел.) и «укрепление иммунитета» (14,86 %, 569 чел.), на последнем месте оказался ответ «соблюдение режима дня» (13,92 %, 533 чел.). Различий по отношению к понятию «здоровый образ жизни» между группами молодежи не выявлено, но женщины отдали приоритет здоровому питанию, а мужчины – соблюдению правил гигиены. При этом здоровый образ жизни, согласно анкетированию, ведут лишь 50,44 % респондентов (454 чел.).

На первом месте на вопрос с чем, по их мнению, *связан повышенный интерес к здоровому образу жизни в последнее время*, стоит ответ «трендами, культивируемыми средствами массовой информации» (25,47 %, 462 чел.), на втором – «реальными доказательствами того, что соблюдение прин-

Таблица. Приобщение молодого поколения Иркутской области к физической культуре и спорту за 2016–2018 гг.⁷

Table. Introducing the young generation of the Irkutsk region to physical culture and sports in 2016–2018

Период	Численность занимающихся в спортивных секциях и группах, всего в возрастной категории 15–29 лет, тыс. чел.	Численность занимающихся массовым спортом в возрастной категории 15–29 лет, тыс. чел.				
		При общеобразовательных организациях	При образовательных организациях среднего профессионального образования	При образовательных организациях высшего образования	При организациях дополнительного образования	Физкультурно-спортивные клубы, в том числе фитнес-клубы
2016	234,4	28,8	21,9	19,3	13,4	26,0
2017	246,5	32,2	22,4	17,9	13,4	43,8
2018	251,6	34,1	23,7	18,4	14,6	48,6

ципов здорового образа жизни приводит к профилактике развития практически всех заболеваний» (22,71 %, 412 чел.), также популярными являются ответы «дополнительными возможностями, которые открываются человеку, ведущему здоровый образ жизни (покорение горных вершин, турпоходы повышенной сложности и др.)» (20,62 %, 374 чел.) и «необходимостью противостоять жизненным стрессам, что намного проще делать, соблюдая здоровый образ жизни» (20,12 %, 365 чел.). Наиболее низкое значение получил ответ «желание быть «крутым» среди друзей» (10,47 %, 190 чел.). Такие ответы, как «желание не разрушить здоровье к 30-ти годам», «желание избежать зависимости от поликлиник и социальных служб», «личное желание вести здоровый образ жизни», «осознанность того факта, что здоровье людей зависит от них самих», «желание увеличения продолжительности жизни» указали 11 чел. в графе «другое».

Подавляющее большинство респондентов на вопрос «По вашему мнению, заниматься спортом ...» выбрали ответ «полезно» (68,11 %, 613 чел.), на втором месте – ответ «дает уверенность в себе» (15,78 %, 142 чел.), на третье – ответ «дает возможность объединяться людям, воспитывает командные качества» (9,67 %, 87 чел.). Незначительное число молодежи

склоняется к ответам «модно» (3,33 %, 30 чел.) и «дает ощущения «крутости» (0,78 %, 7 чел.).

На вопрос «По Вашему мнению, в первую очередь для занятий спортом молодежи необходимы...» подавляющее большинство молодых людей (56,78 %, 511 чел.) высказали мнение о необходимости «бесплатных и доступных спортивных секций». Значительная часть (28,00 %, 252 чел.) респондентов склонялась к ответу «современная спортивная инфраструктура (стадионы, бассейны, спортивные залы и др.), пользоваться которой допустимо на платной основе». Также популярными ответами были «финансовая поддержка при выездах на соревнования для профессиональных молодых спортсменов» (6,33 %, 57 чел.) и «повсеместное создание workout-zone» (5,44 %, 49 чел.).

Наибольшая часть опрошенных (17,52 %, 354 чел.) на вопрос «По Вашему мнению, в современном мире вегетарианство это...» придерживается ответа «нелюбовь к мясу», остальные молодые люди ответили, что это «модный тренд» (17,07 %, 345 чел.) и «результат любви к животным» (17,02 %, 344 чел.), «вид диеты, к которой периодически прибегают» (13,66 %, 276 чел.), «забота о собственном здоровье, основанная на некоторых доказательствах его полезности»

⁷ За 2019–2020 гг. статистическая информация в государственных докладах «Молодежь Иркутской области» отсутствует.

(13,26 %, 268 чел.), «результат религиозных верований» (12,22 %, 247 чел.), наименьшая часть молодежи высказалась о «желании выделиться среди друзей» (9,25 %, 187 чел.). В качестве иного мнения были ответы о том, что это «диета, результат малообразованности и непонимания, что такое физиология человека, запрет врача на употребление мяса или фанатизм личности в этом отношении, глупость». В целом, положительно относятся к вегетарианству 20,22 % респондентов (182 чел.), отрицательно – 28,11 % (253 чел.), большая часть респондентов (28,56 %, 257 чел.) посчитала, что это «иногда полезно», и затруднились с ответом 23,11 % (208 чел.).

Результаты исследования *отношения молодежи к правильному питанию*: 81,78 % (736 чел.) ответили «положительно, это полезно для организма»; 6,67 % (60 чел.) не знают, что понимается под «правильным питанием»; ответ «отрицательное, питаться надо, так как нравится» выбрали 6,89 % опрошенных (62 чел.); 3,00 % (27 чел.) придерживаются мнения «отрицательное, очередной тренд, ничем не подкрепленный».

Таким образом, по результатам социологического исследования, проведенного в 2019 году в Иркутской области, можно сделать следующие выводы:

– молодежь адекватно понимает, что такое здоровый образ жизни, но немногим более 50 % респондентов считают, что они ведут здоровый образ жизни;

– большая часть молодежи считает, что заниматься спортом полезно, чем модно;

– основными условиями для занятий спортом молодыми людьми являются соответствующая инфраструктура и финансовая доступность секций;

– к вегетарианству молодые люди относятся скорее отрицательно, чем положительно, при этом придерживаясь мнения о том, что «иногда это полезно»;

– подавляющее большинство опрошенной молодежи положительно относятся к правильному питанию.

К сожалению, сравнить результаты исследования по изучаемой теме с результатами исследования 2016, 2017, 2018 и 2020 годов, оказалось невозможным. В 2016⁸ году было опрошено 647 человек, среди которых школьники и студенты ССУЗов – 289 чел. студенты вузов – 165 чел. в возрасте 18–23 лет, работающие – 222 чел. в возрасте 23–30 лет. В 2017⁹ году было опрошено 665 человек в 15 муниципальных образованиях – городах Иркутск, Ангарск, Братск, Саянск, Тулун, Усолье-Сибирское, Черемхово, Усть-Илимск, Шелехово, а также Слюдянском, Ольхонском, Зиминском, Качугском, Боханском, Аларском районах), среди которых 54 % – девушки и 46 % – юноши; школьники – 222 чел. в возрасте 14–18 лет, студенты ССУЗов и студенты вузов – 222 чел. в возрасте 18–23 лет, работающие – 221 чел. в возрасте 23–30 лет. В 2018¹⁰ году было опрошено 2 500 человек в 15 муниципальных образованиях – городах Иркутск, Ангарск, Братск, Саянск, Тулун, Усолье-Сибирское, Черемхово, Усть-Илимск, Шелехово, а также Слюдянском, Эхирит-Булагатском, Качугском, Боханском, Иркутском, Аларском районах), среди которых 50,64 % – девушки и 49,36 % – юноши; школьники – 1153 чел. в возрасте 14–18 лет, студенты ССУЗов и студенты вузов – 420 чел. в возрасте 18–23 лет, работающие – 787 чел. в возрасте 23–30 лет. В 2016–2018 гг. исследование проводилось по восьми тематическим блокам – профессиональные ориентации, трудоустройство и занятость молодежи; особенности патриотического воспитания молодежи региона; отношение молодежи к семье и ценностям семейной жизни, проблемы молодой семьи; информационное поле современной молодежи; распространение наркомании

⁸ Государственный доклад «Молодежь Иркутской области» за 2016 год. [Электронный ресурс]. URL: <https://mmp38.ru/activities/the-report-is-of-great/> (25.11.2022).

⁹ Государственный доклад «Молодежь Иркутской области» за 2017 год. [Электронный ресурс]. URL: <https://mmp38.ru/activities/the-report-is-of-great/> (27.11.2022).

¹⁰ Государственный доклад «Молодежь Иркутской области» за 2018 год. [Электронный ресурс]. URL: <https://mmp38.ru/activities/the-report-is-of-great/> (01.12.2022).

в молодежной среде; политическое становление и гражданская позиция молодежи; социальные девиации в молодежной среде; национальные отношения в молодежной среде, но темы здорового образа жизни и спорта среди них не было.

В 2020¹¹ году было проведено ежегодное анкетирование под названием «Жизненные ценности молодежи в период пандемии новой коронавирусной инфекции» ($n=500$, в 9 муниципальных образованиях – городах Иркутск, Братск, Зима, Ангарск, а также Баяндаевском, Боханском, Иркутском, Усольском, Эхирит-Булагатском районах), но только по трем тематическим блокам – семейные ценности, ценности добровольчества, религиозные ценности. В связи с этим представляет интерес исследование, проведенное Т.А. Михайловой, Е.С. Студеникиной и Л.В. Усовой в Краснодарском крае, которое восполняет пробел в понимании того, как изменился уровень физической активности молодежи в период ограничительных мер, принятых в связи с пандемией COVID-19 (Михайлова, 2022). Согласно результатам исследования, опрошенные признают важность здорового образа жизни и необходимость физических нагрузок. Пандемия COVID-19 привела к снижению их двигательной активности, времени, проводимого вне помещения, на свежем воздухе, ухудшению здоровья, тем не менее большинство опрошенных предпочитали пассивные методы оздоровления (сон, прием лекарств и др.), и около 30 % респондентов увеличивали физическую активность в домашних условиях. Об этом косвенно свидетельствует существующий контент в социальных медиа по темам, связанным со здоровым образом жизни (правильное питание, спорт, поддержание здоровья, эмоциональное здоровье, отказ от вредных привычек), который регулярно просматривает, лайкает, репостит, комментирует их активная аудитория (Кульпин, 2020; Фролова, 2020).

Заключение

На основании вышесказанного можно сформулировать следующие выводы:

– основные результаты исследования, проведенного в 2019 году в Иркутской области, подтверждает выводы и данные других российских исследований;

– здоровый образ жизни и спорт занимают определенное место среди ценностей молодежи (Михайлова, 2020; Коробченко, 2022), но у большинства молодых людей они не являются самоценностью (Благородова, 2019);

– современные молодые люди более вовлечены в занятия спортом, нежели поколение конца прошлого века (непосредственные занятия спортом, чтение спортивной литературы и др.). Проведенные исследования в Перми раскрывают различия не только с молодыми людьми конца XX века, но и с теми современными молодыми людьми, которые не занимаются физической культурой и спортом (Топеха, 2019);

– в эмпирических исследованиях, посвященных здоровому образу жизни и здоровью современной молодежи, зачастую не затрагивается вопрос их психического здоровья – стресс, депрессия, когнитивные и психические расстройства (Благородова, 2019);

– наряду с социологическими исследованиями ценностного отношения молодежи к здоровому образу жизни и спорту, необходимо проводить медико-биологические исследования, раскрывающие скрининговые данные о состоянии здоровья и образе жизни молодых людей как показателей внутренней мотивации быть здоровым и физически крепким (Осик, 2018);

– эмпирическое исследование ценностного отношения молодежи к здоровому образу жизни и спорту, инициируемое органами государственной и муниципальной власти, необходимо проводить в контексте с целями, задачами, показателями и конечными результатами федеральных и региональных программ для их корректировки и совершенствования.

¹¹ Государственный доклад «Молодежь Иркутской области» за 2020 год. [Электронный ресурс]. URL: <https://mmp38.ru/activities/the-report-is-of-great/> (10.12.2022).

Список источников / References

- Благородова Е.А. Здоровый образ жизни молодежи: ценность или модный тренд конструирования идентичности // Культура и цивилизация. 2019. Т. 9. № 6–1. С. 14–21.
- Blagorodova E.A. (2019) Healthy lifestyle of youth: value or fashion trend of identity construction. *Kul'tura i tsivilizatsiya = Culture and civilization*. Vol. 9. No. 6-1. P. 14-21. (In Russ.).
- Захарова А.Н., Карвунис Ю.А., Капилевич Л.В. Мониторинг и менеджмент здоровья, образа жизни и физической активности студенческой молодежи // Вестник Томского государственного университета. 2021. № 464. С. 203–215.
- Zakharova A.N., Karvunis Yu. A., Kapilevich L.V. (2021) Monitoring and management of health, lifestyle and physical activity of students. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta = Tomsk State University Journal*. No. 464. P. 203-215. (In Russ.).
- Коняхин И.Р. Физическая культура и христианство // Рязанский богословский вестник. 2020. № 1 (21). С. 153–161.
- Konyakhin I.R. (2020) Physical culture and Christianity. *Ryazanskii bogoslovskii vestnik = Ryazan Theological Bulletin*. No. 1 (21). P. 153-161. (In Russ.).
- Коробченко А.И., Лыженкова Р.С., Голубчиков Г.М., Арпентьева М.Р. Отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом в контексте стратегий жизненной активности // Северный регион: наука, образование, культура. 2022. № 1 (49). С. 61–72.
- Korobchenko A.I., Lyzhenkova R.S., Golubchikov G.M., Arpent'eva M.R. (2022) Students' Attitude to Physical Culture and Sports in the Context of Life Activity Strategies. *Severnyi region: nauka, obrazovanie, kul'tura = Northern region: science, education, culture*. No. 1 (49). P. 61-72. (In Russ.).
- Кульпин С.В., Савчук Г.А., Якимова О.А. Зачем молодежь создает контент о здоровом образе жизни: факторный анализ тематических блогов // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 2 (156). С. 168–190.
- Kul'pin S.V., Savchuk G.A., Yakimova O.A. (2020) Why young people create content about a healthy lifestyle: a factor analysis of thematic blogs. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny = The Russian public opinion monitor*. No. 2 (156). P. 168-190. (In Russ.).
- Михайлова Т.А., Студеникина Е.С., Усова Л.В. Влияние пандемии COVID-19 на изменение уровня физической активности студенческой молодежи Краснодарского края: по материалам социологического исследования // Теория и практика общественного развития. 2022. № 2 (168). С. 22–27.
- Mikhailova T.A., Studenikina E.S., Usova L.V. (2022) The impact of the COVID-19 pandemic on changes in the level of physical activity of students in the Krasnodar Territory: based on sociological research. *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya = Theory and Practice of Social Development*. No. 2 (168). P. 22-27. (In Russ.).
- Михайлова Т.А., Студеникина Е.С., Усова Л.В. Физкультура и спорт в повседневной жизни молодежи Кубани // Общество: социология, психология, педагогика. 2020. № 5 (73). С. 53–58.
- Mikhailova T.A., Studenikina E.S., Usova L.V. (2020) Physical education and sports in the daily life of the youth of the Kuban. *Obshchestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika = Society: sociology, psychology, pedagogics*. No. 5 (73). P. 53-58. (In Russ.).
- Осик В.И., Гуляева В.А., Белозерова Н.П. Формирование у студентов ценностного отношения к своему здоровью и физически активному образу жизни // Перспективы науки и образования. 2018. № 4 (34). С. 227–232.
- Osik V.I., Gulyaeva V.A., Belozerova N.P. (2018) Formation of students' value attitude to their health and physically active lifestyle. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Perspectives of Science and Education*. No. 4 (34). P. 227-232. (In Russ.).
- Топеха Т.А., Савин Д.А. Спорт в жизни студента // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки. 2019. № 4. С. 78–88.
- Topekha T.A., Savin D.A. (2019) Sports in a student's life. *Vestnik Permskogo natsional'nogo issledovatel'skogo politekhnicheskogo universiteta. Sotsial'no-ekonomicheskie nauki = PNRPU sociology and economics bulletin*. No. 4. P. 78-88. (In Russ.).
- Фролова Т.И., Стрига Е.А. Готовность российских журналистов к продвижению ценностей здорового образа жизни // Вестник Московского университета. Серия 10. Журналистика. 2020. № 3. С. 29–55.
- Frolova T.I., Striga E.A. (2020) The readiness of Russian journalists to promote the values of a healthy lifestyle. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 10. Zhurnalistika = Bulletin of Moscow University. Series 10. Journalism*. No. 3. P. 29-55. (In Russ.).
- Branquinho L., Forte P., Ferraz R. Pedagogical concerns in sports and physical education for child growth and health promotion // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2022. Vol. 19. No. 13. P. 8128.
- Eriksen I.M., Stefansen K. What are youth sports for? Youth sports parenting in working-class communities // Sport, education and society. 2022. Vol. 27. No. 5. P. 592-603.
- Knoester C., Allison R. US family cultures of

sport and physical activity and 15-year olds' physical activity, sports participation, and subjective health // Leisure Studies. 2022. Vol. 41. No. 4. P. 517-530.

Van der Veken K., Willems S., Lauwerier E. Health promotion in socially vulnerable youth: sports as a powerful vehicle? // Health Promotion Practice. 2021.

Vol. 22. No. 2. P. 275-286.

Whitley M.A. Using behavioral economics to promote positive youth development through sport // Journal of Sport Psychology in Action. 2022. Vol. 13. No. 2. P. 78-88.

Информация об авторах

Вероника Анатольевна Авилова,

студент,
Институт культуры, социальных коммуникаций
и информационных технологий,
Байкальский государственный университет,
664003, Иркутск, ул. Ленина, д. 11,
Российская Федерация,
0165583@bgu.ru

Юлия Гавриловна Алсаева,

студент,
Институт культуры, социальных коммуникаций
и информационных технологий,
Байкальский государственный университет,
664003, Иркутск, ул. Ленина, д. 11,
Российская Федерация,
0167737@bgu.ru

Евгения Геннадьевна Копалкина,

кандидат философских наук,
доцент кафедры социологии и психологии,
Байкальский государственный университет,
664003, Иркутск, ул. Ленина, д. 11,
Российская Федерация,
kopalkina2017@list.ru

Елена Владимировна Гамаюнова,

заместитель директора по учебной работе,
Иркутский колледж экономики,
сервиса и туризма,
664049, г. Иркутск, ул. Багратиона, 50,
Российская Федерация,
zamto@ikest.ru

Information about the authors

Veronika A. Avilova,

Student,
Institute of Culture, Social Communications
and Information Technologies,
Baikal State University,
11 Lenin St., Irkutsk 664003,
Russian Federation,
0165583@bgu.ru

Yulia G. Alsaeva,

Student,
Institute of Culture, Social Communications
and Information Technologies,
Baikal State University,
11 Lenin St., Irkutsk 664003,
Russian Federation,
0167737@bgu.ru

Evgeniya G. Kopalkina,

Candidate of Philosophical Sciences,
Associate Professor of the Department
of Sociology and Psychology,
Baikal State University,
11 Lenin St., Irkutsk 664003,
Russian Federation,
kopalkina2017@list.ru

Elena V. Gamayunova,

Deputy Director for Academic Affairs,
Irkutsk College of Economics,
Service and Tourism,
50 Bagration St., 664049 Irkutsk,
Russian Federation,
zamto@ikest.ru

Вклад авторов

Все авторы сделали эквивалентный вклад
в подготовку публикации.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта
интересов.

*Авторы прочитали и одобрили окончательный
вариант рукописи.*

Информация о статье

Статья поступила в редакцию 10.12.2022;
одобрена после рецензирования 25.12.2022;
принята к публикации 01.02. 2023.

Contribution of the authors

The authors contributed equally to this article.

Conflict of interest

The authors declare no conflict of interest.

*The authors have read and approved the final
version of this manuscript.*

Information about the article

The article was submitted 10.12.2022;
approved after reviewing 25.12.2022;
accepted for publication 01.02.2023.