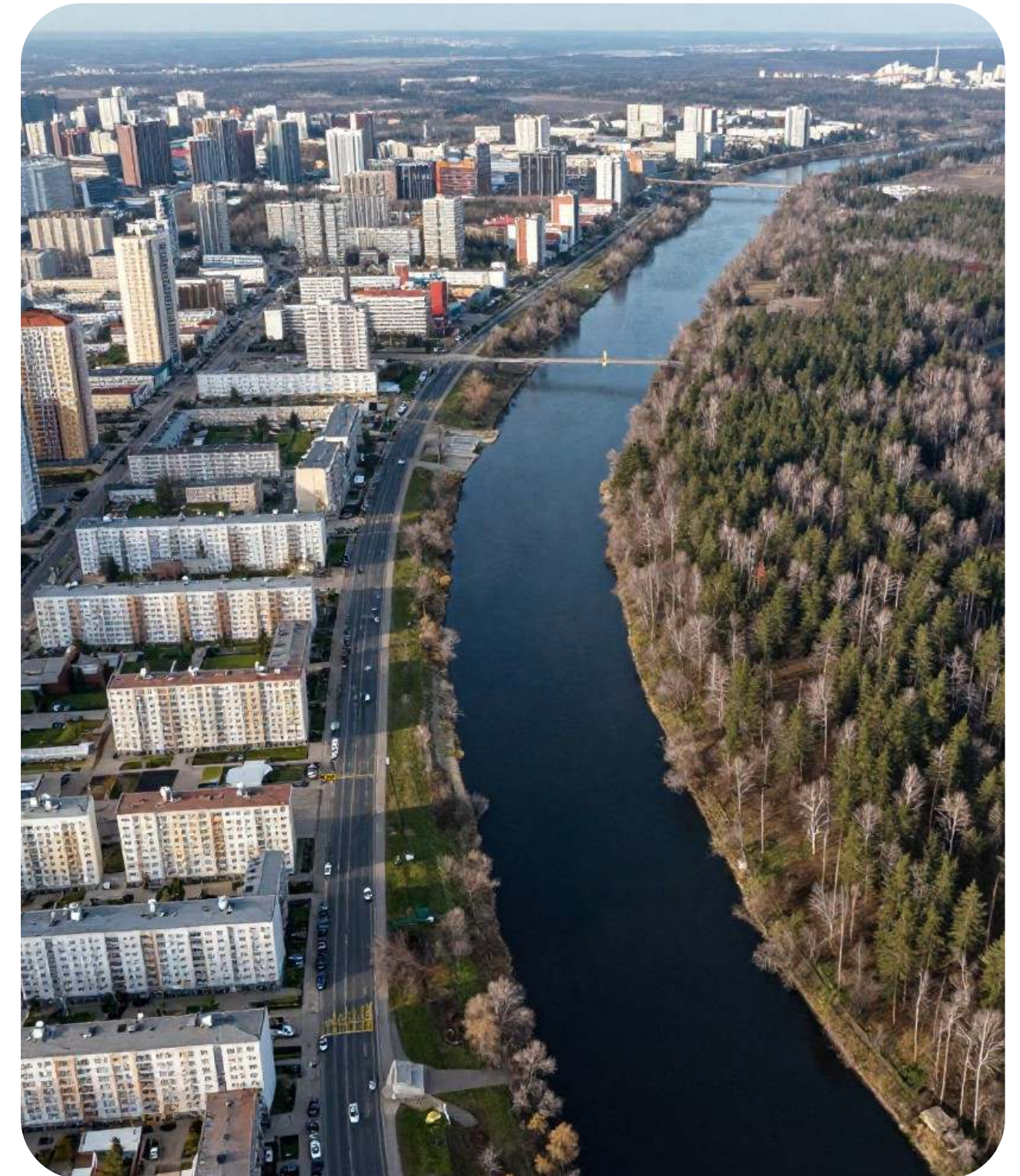




Население России: сколько людей живёт в стране и как они расселены

Россия — огромная страна, где число жителей и плотность сильно различаются по регионам.



Почему тема населения важна для географии

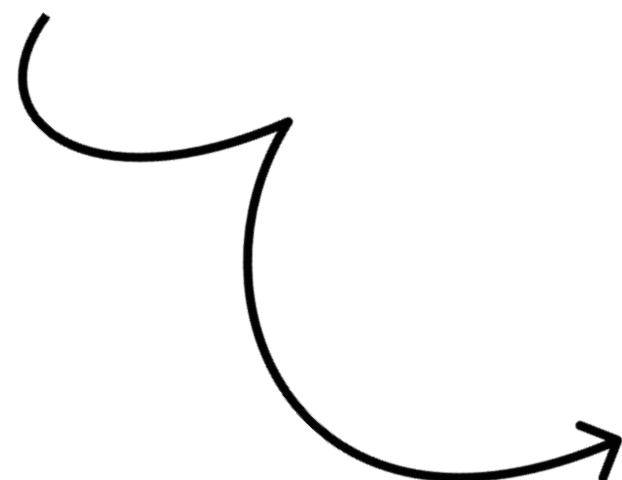


Население отвечает на вопросы: сколько людей живёт в стране, где они сосредоточены и как меняются их численность и состав. Для России особенно важны расстояния, неравномерное расселение и связь с природой, городами и хозяйством.





В 2024 году численность населения России составляет около 146 миллионов человек.



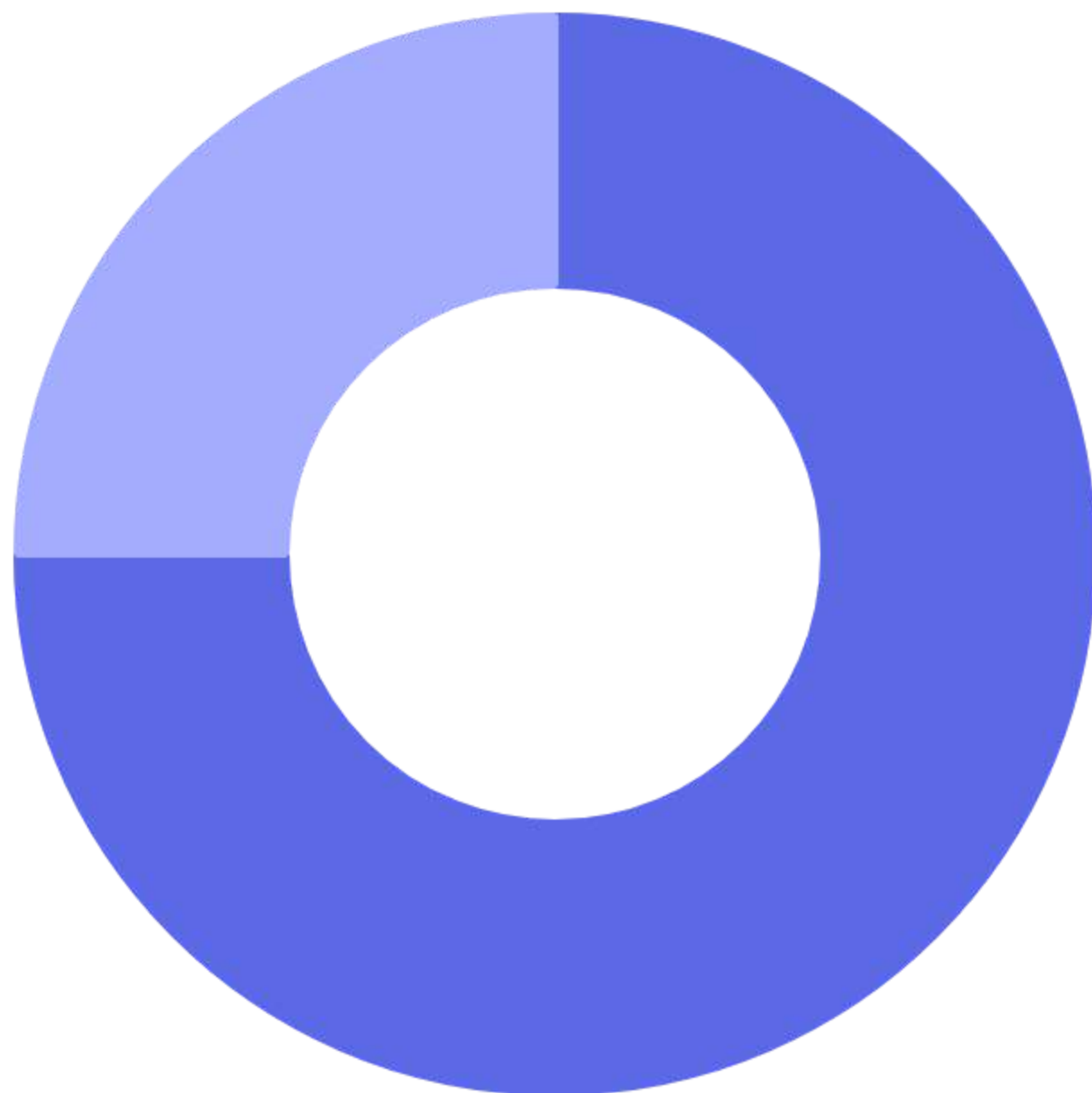
≈146 млн
человек

Росстат, оценка численности населения (2024)

Столько жителей проживает в стране, но размещены они крайне неравномерно.

Городское и сельское население России

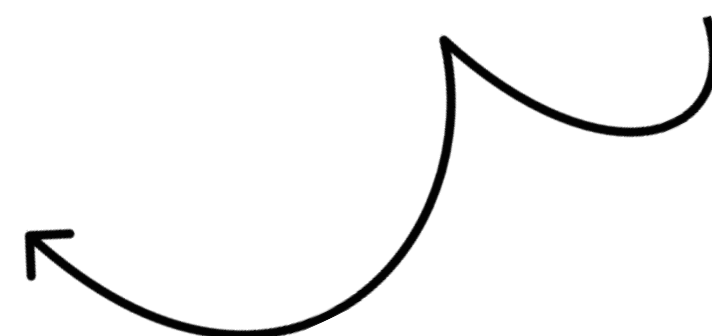
■ Городское население ■ Сельское население



Большая часть жителей живёт в городах и агломерациях, где больше рабочих мест, школ и больниц.

Разный уровень развития территорий объясняет, почему доля городских жителей заметно выше, чем сельских.

Росстат (сводные оценки структуры расселения; доли приведены как «около» 75/25)



Где живут люди: карта плотности населения



01

Более высокая плотность

Наиболее густо заселены Центральная Россия и Поволжье, а также южные районы, где климат благоприятнее. Похожая картина заметна и вокруг Урала и крупных городов.

02

Более низкая плотность

Самая низкая плотность характерна для Сибири, Дальнего Востока, районов Крайнего Севера и горных территорий. Там сложнее условия жизни, дороже и труднее строительство и транспорт.

Крупнейшие города России



Город	Население, млн
Москва	>13
Санкт-Петербург	>5
Новосибирск	>1,6
Екатеринбург	>1,5
Казань	>1,3

Росстат (оценки численности населения городов; значения в формате «более»)

Города-лидеры концентрируют значительную часть жителей страны, поэтому население заметно «собирается» в городских центрах.

Чем крупнее город, тем больше людей в нём сосредоточено, поэтому расселение сильно зависит от городских центров.

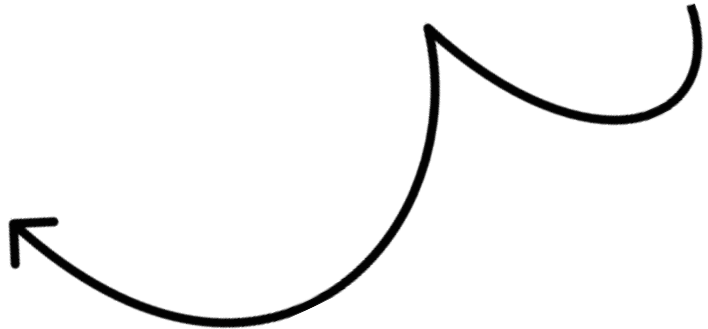
Население по федеральным округам



Сильнее всего выделяются Центральный и Приволжский округа, а Дальневосточный — самый малонаселенный.

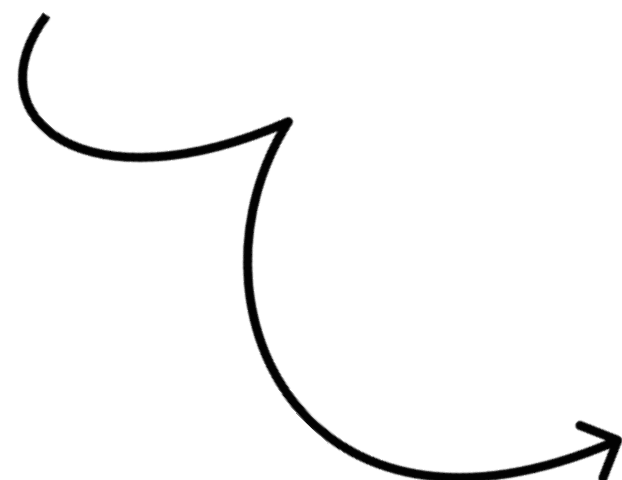
Различия в численности объясняются историей заселения и природно-хозяйственными условиями, влияющими на жизнь и трудоустройство.

Данные Росстата (сравнение по численности населения; график выполнен как относительное сопоставление)





Средняя плотность населения России составляет около 8,5 человека на 1 квадратный километр.



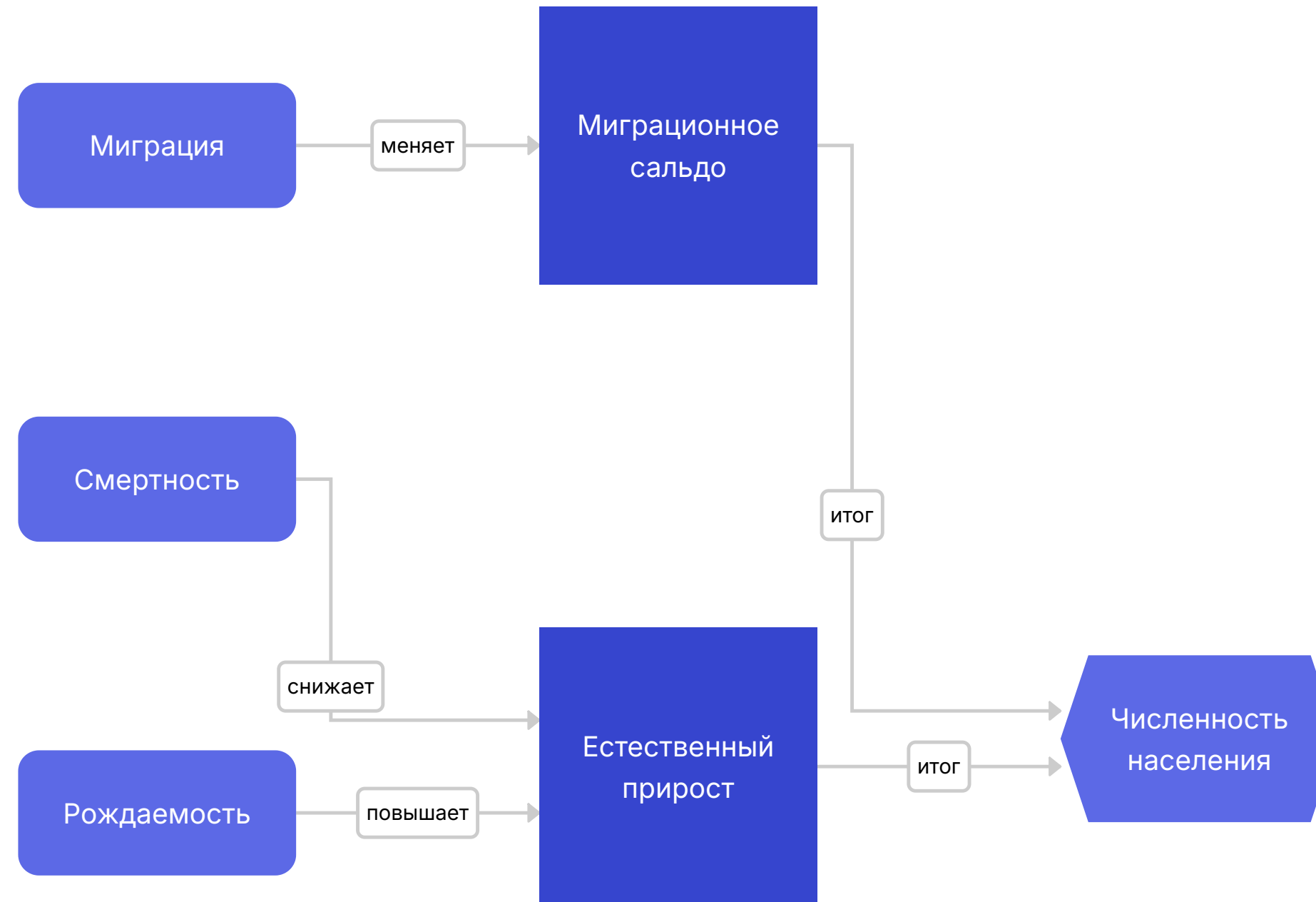
≈ 8,5 чел./
км²

Росстат (оценка плотности населения, по площади и численности жителей)

При такой плотности человеку приходится осваивать очень большие пространства между крупными центрами.

Численность населения складывается из трёх процессов

Схема факторов демографического развития: рождаемость, смертность и миграция.



Возрастной состав населения



Дети

Доля детей влияет на количество школьников и спрос на образовательные услуги. При росте рождаемости увеличивается контингент детских садов, школ и кружков.



Трудоспособные

Взрослые трудоспособного возраста обеспечивают экономику кадрами и поддерживают социальные системы. Их численность связана с тем, сколько работников есть сейчас и в ближайшие годы.

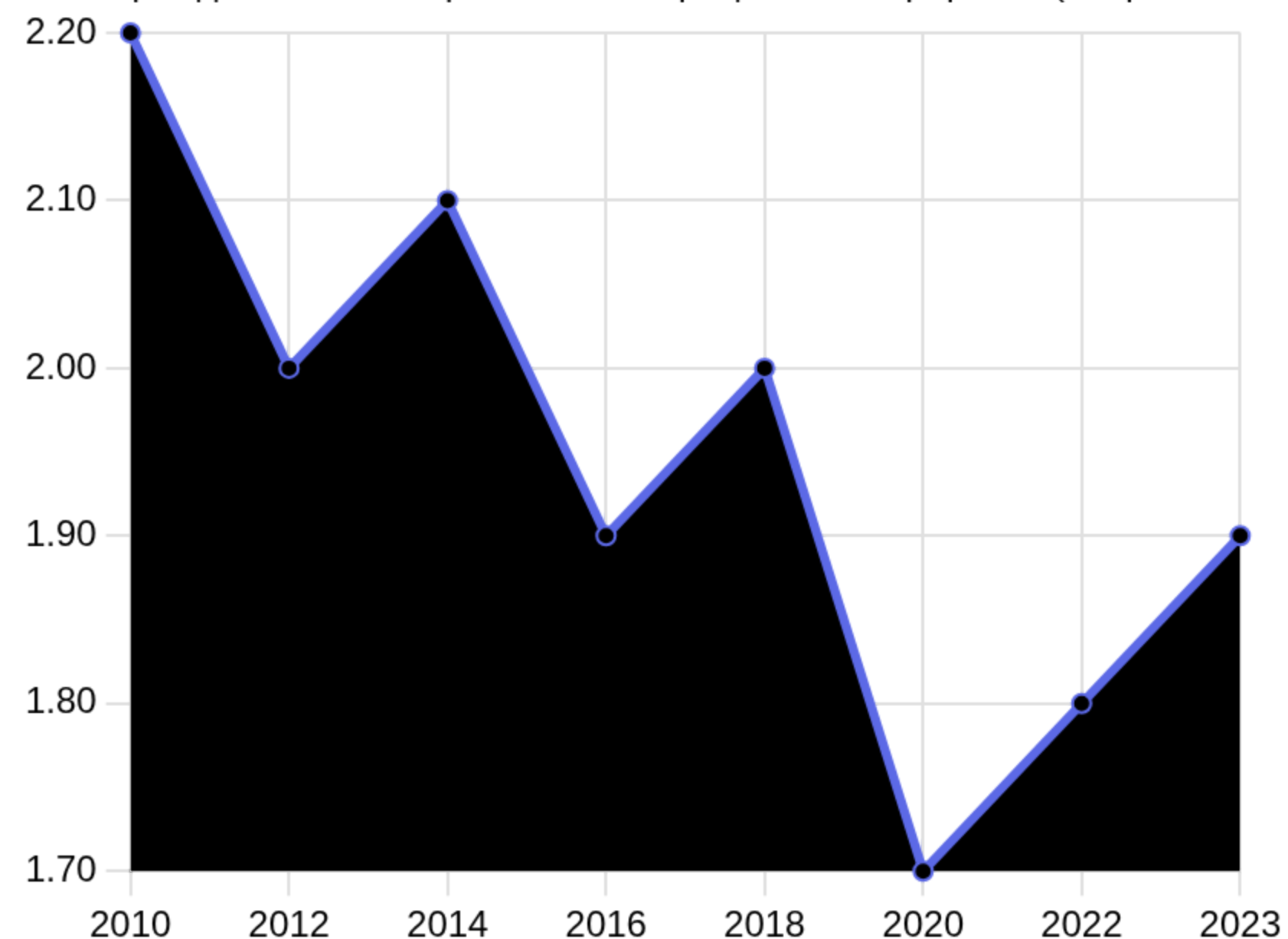


Пожилые

Старение населения означает рост доли пожилых и потребности в медицине и социальной помощи. Это влияет и на пенсионную систему, и на нагрузку на работающих людей.

Рождаемость, смертность и миграция

График рождаемости, смертности и миграционного прироста (направления



По графику видно, что естественная убыль может усиливаться или ослабевать, а миграционный прирост способен сглаживать итоговую численность.

Когда миграция повышается, общий показатель удерживается лучше: это заметнее в крупных городах, где больше возможностей и выше приток людей.

Иллюстративная диаграмма направлений изменений; точные годовые значения на графике не указаны.

Этническое многообразие России: истории для иллюстрации



Праздник на площади: рядом слышны разные языки

В одном городе жители разных национальностей собираются вместе: кто-то готовит традиционные блюда, кто-то рассказывает семейные истории, дети пробуют новые игры. Такие моменты помогают увидеть многонациональность страны не как таблицу, а как живое общение каждый день.



Традиции у семейного стола: кухня как «память» народа

На семейном торжестве легко заметить, насколько разнообразны обычаи: меняются вкусы, способы приготовления и даже порядок угощений. Это наглядно показывает, что у народов России есть свои традиции, которые сохраняются поколениями и дополняют общую культуру страны.



Школа и спорт: учимся вместе — растём разными

В классе могут учиться ребята разных национальностей, а спортивная секция объединяет всех по общим правилам. Когда дети общаются, их различия становятся поводом для интереса, а не для дистанции — так формируется уважение друг к другу.

Различия в расселении по регионам



Регион	Плотность/людей	Что происходит с населением
Москва	Очень высокая	Постоянный приток людей
Республика Саха	Малая	Огромная территория при редком заселении
Краснодарский край	Средняя → рост	Численность увеличивается
Ненецкий автономный округ	Очень низкая	Население небольшое по масштабу

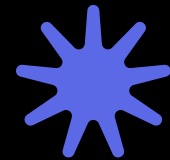
В таблице показаны контрастные примеры: где людей заметно больше и где расселение крайне редкое, а потому различаются и хозяйственная жизнь, и повседневные условия.

Контрасты между регионами связаны с размерами территории, условиями жизни и экономическими возможностями: население тяготеет к местам с работой и транспортом.

Сводное обобщение по характеристикам расселения; точные значения в таблице не приведены.

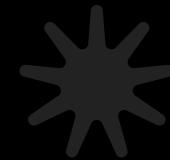


Почему люди переезжают



Чаще всего переезд связан с учёбой: выпускники школ выбирают колледжи и вузы, а затем остаются рядом с учебными заведениями, постепенно выстраивая жизнь в новом городе.

01



Вторая большая причина — работа и доход: люди уезжают туда, где есть вакансии, современное производство и удобные сервисы, включая транспорт и доступ к жилью.

02

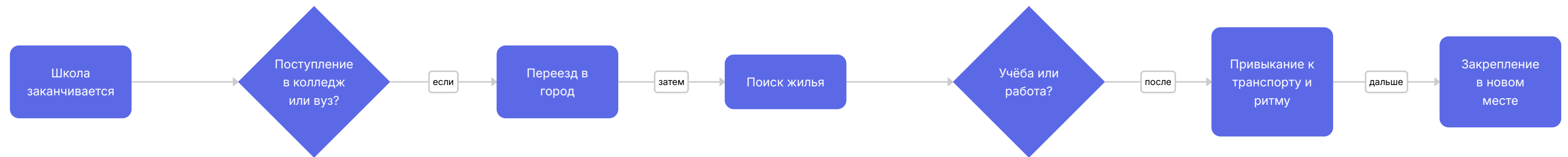


Наконец, на миграцию влияют климат, семейные обстоятельства и возможность переехать к родственникам; в итоге одни посёлки теряют молодёжь, а города растут.

03

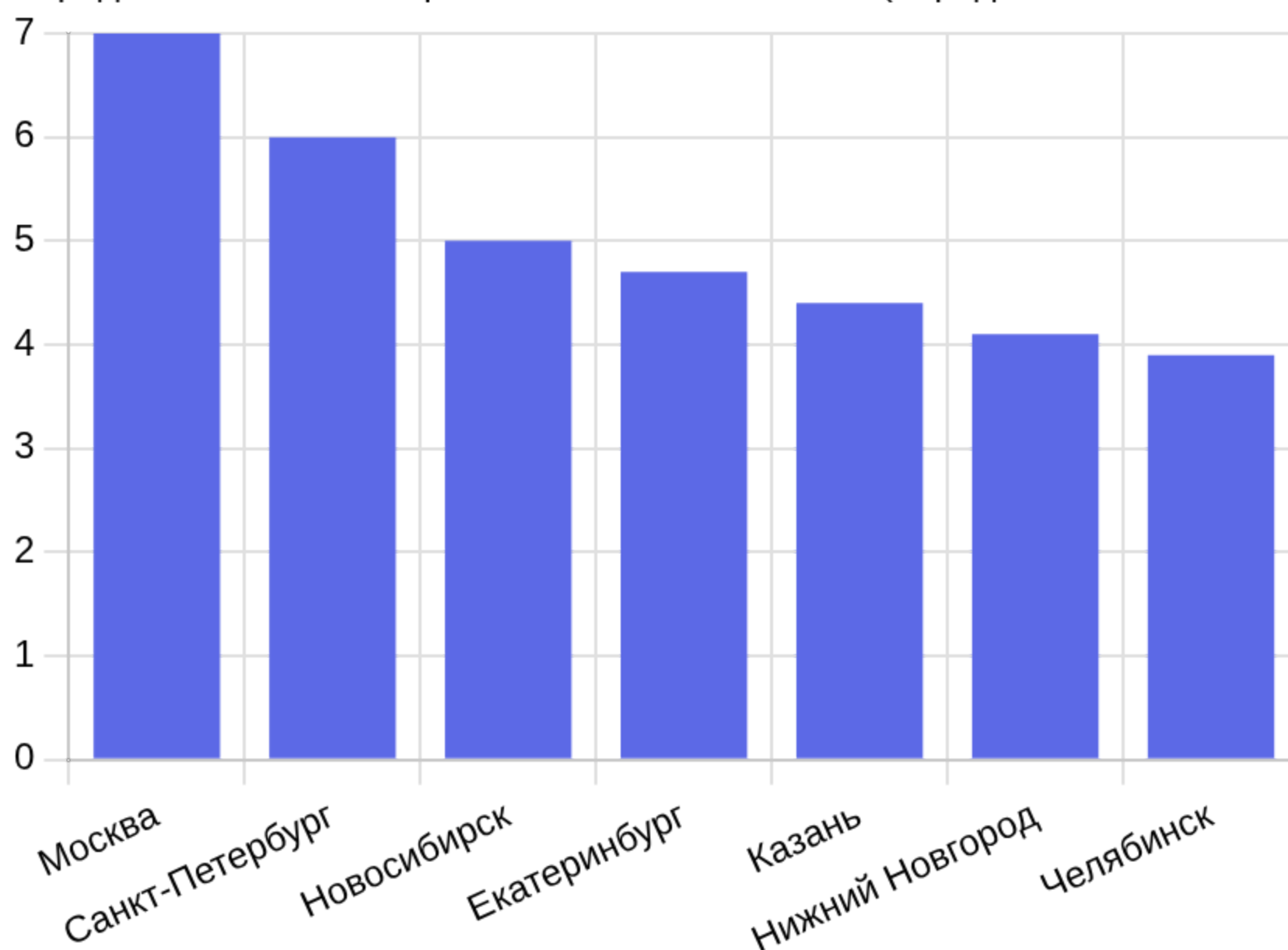
Путь миграции из небольшого населённого пункта в крупный город

Схема типичного сценария внутренней миграции, связанного с оттоком молодёжи.



Города-миллионники России

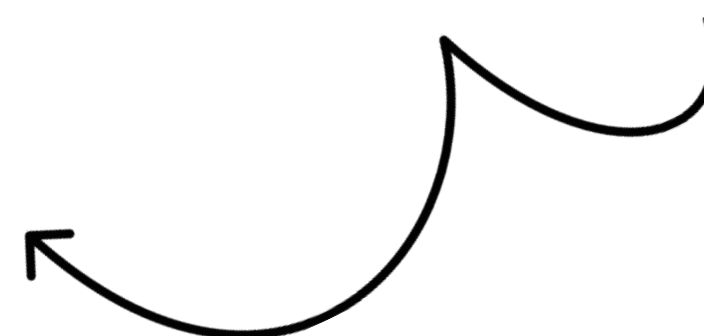
Города-миллионники: сравнение по численности (порядок, без точных значений)



Все перечисленные города — ключевые узлы транспорта, промышленности и культуры, поэтому туда тянутся и учебные заведения, и рабочие места.

Скопление миллионов жителей говорит о сильной роли крупных центров: именно они дают больше возможностей и закрепляют население внутри региона.

Диаграмма строится по порядку численности городов; точные значения не указаны.



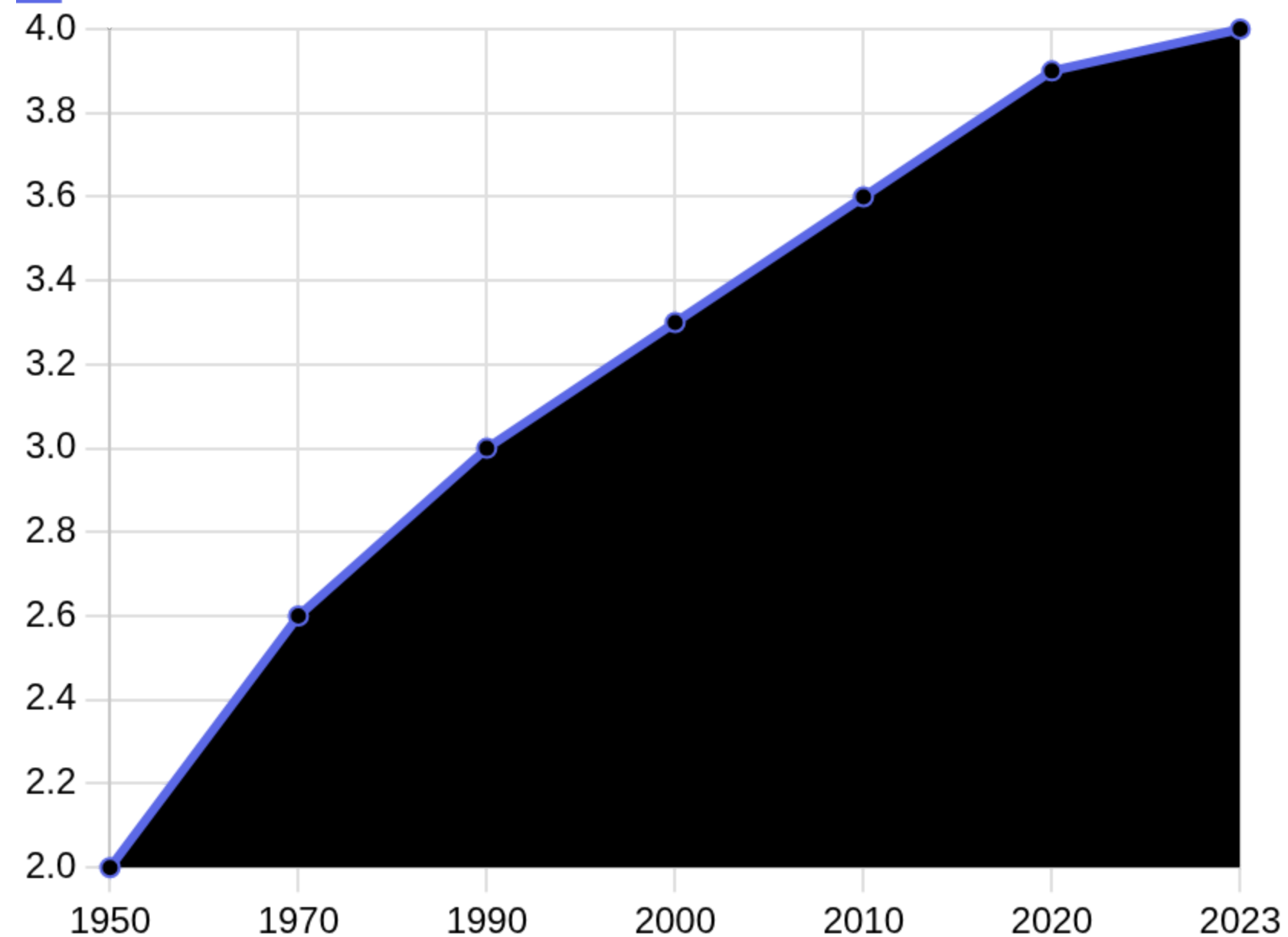
Как природные условия влияют на расселение

- Людям проще жить там, где климат мягче, меньше сильных морозов и есть более устойчивые условия для сельского хозяйства и строительства. Поэтому в европейской части плотность обычно выше.
- На Крайнем Севере, в Сибири и на Дальнем Востоке дольше холода и сложнее добираться до поселений. Кроме того, не везде удобно развивать дороги и сети, поэтому расселение редкое.



Рост городского населения в XX–XXI веках

■ Доля городского населения: рост в XX–XXI веках (иллюстрация тенден-



При индустриализации заводы и фабрики притягивали работников, а затем росли услуги, магазины и транспорт. Это закрепляло людей в городах надолго.

Рост доли горожан показывает, как экономика и инфраструктура меняют расселение: чем больше рабочих мест и сервисов, тем сильнее городское притяжение.

Иллюстративная диаграмма тенденции; точные годовые показатели на графике не представлены.

Что влияет на население России



Фактор	Как влияет
Рождаемость	Определяет пополнение
Смертность	Влияет на естественный итог
Миграция	Меняет число жителей за счёт переездов
Медицина и работа	Поддерживают продолжительность жизни и занятость
Жильё и транспорт	Помогают закрепляться на месте
Климат и развитие региона	Определяют возможности для жизни и хозяйства

Обобщение ключевых факторов расселения и демографии; конкретные расчёты не приведены.

Таблица связывает демографию с условиями жизни: где-то решают экономические факторы, а где-то — природные особенности и доступность территории.

Численность почти никогда не определяется одним фактором: чаще действует сочетание экономики, условий жизни и потоков миграции.

Население России: главное и самое важное



Население России велико, но распределено крайне неравномерно: больше всего людей живёт в городах, особенно в европейской части. На изменения влияют демография, миграции, климат и развитие регионов.

