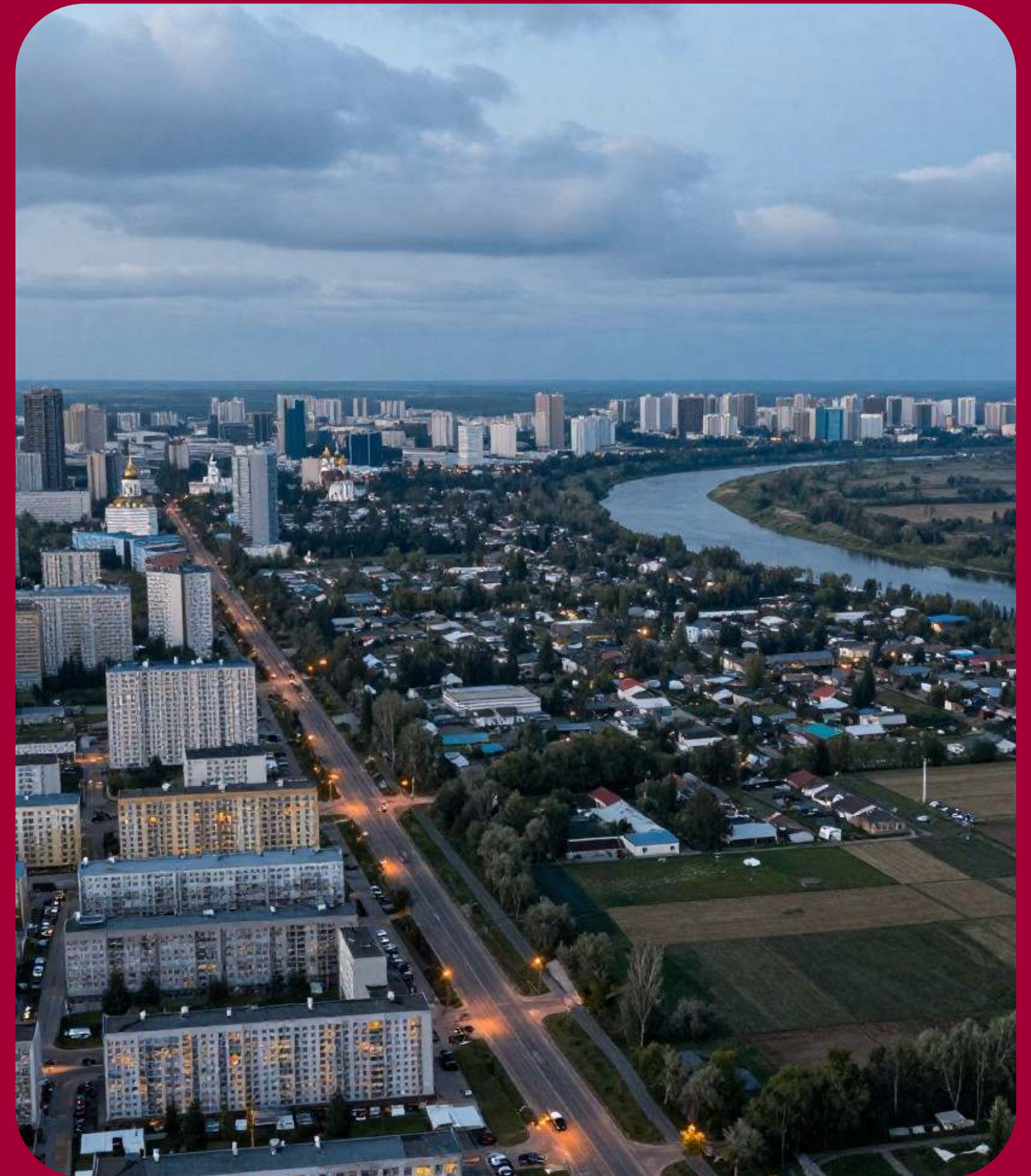


Численность населения России: главные цифры и географические особенности

Сколько людей живёт в России и почему они распределены так неравномерно?



Демография и география: связь населения и территории

Демография показывает, как меняются численность и состав населения. Для географии важно, где живут люди, почему одни районы заселены плотно, а другие — редко, и как на это влияют климат, транспорт и города.



≈146 млн

человек насчитывалось в России в начале 2024 года

Это делает страну одной из самых населённых в мире, хотя число жителей меняется из-за рождаемости, смертности и миграции.

Росстат, начало 2024 года

Как менялась численность населения России

На динамику влияли не только демографические процессы, но и миграция, которая по-разному компенсировала естественные потери.

После снижения в 1990-е численность частично стабилизировалась, но в начале 2020-х снова уменьшилась.

Росстат; ориентировочные этапы по данным за 1990-е — 2024 годы



Где живёт большинство населения

Городской образ жизни

Более 70% жителей России живут в городах. Именно здесь сосредоточены школы, больницы, предприятия, транспорт и большинство рабочих мест, поэтому города продолжают притягивать население.

Плотное заселение центра

Самые густонаселённые районы находятся в Центральной России, Поволжье и на юге страны. Эти территории давно освоены, лучше связаны дорогами и имеют больше возможностей для жизни и работы.

Редко заселённый восток

Сибирь, Север и Дальний Восток заселены значительно слабее. Суровый климат, большие расстояния и высокая стоимость строительства и перевозок делают жизнь и хозяйство там сложнее.

Роль крупных агломераций

Вокруг больших городов население растёт быстрее всего. Люди переезжают туда ради учёбы, медицины, услуг и более широких карьерных возможностей, усиливая неравномерность расселения.



Крупнейшие города России по числу жителей

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

Крупнейшие города России концентрируют население, рабочие места и важные услуги.

Население сосредоточено в нескольких крупных центрах, где выше концентрация труда, образования, транспорта и культуры.

Росстат, оценка численности городского населения на 1 января 2024 года

Неравномерное расселение населения на территории страны

Европейская часть — главный центр жизни

Здесь сосредоточены крупнейшие города, дороги и промышленные районы. Население тянется вдоль рек и транспортных коридоров, поэтому на карте эта часть страны выглядит наиболее плотной и «собранной».



Север и восток: пространство и расстояния

В северных и восточных районах между населёнными пунктами большие промежутки, а климат часто суровее. Из-за этого поселения редкие, а на карте заметны огромные малонаселённые территории.



Рождаемость, смертность и естественный прирост



Рождаемость

Показывает, сколько детей родилось за определённый период. Чем выше рождаемость, тем больше шанс на рост населения и обновление возрастной структуры страны.



Смертность

Отражает число умерших людей. Если смертность превышает рождаемость, население сокращается, даже когда миграция частично поддерживает его численность.



Естественный прирост

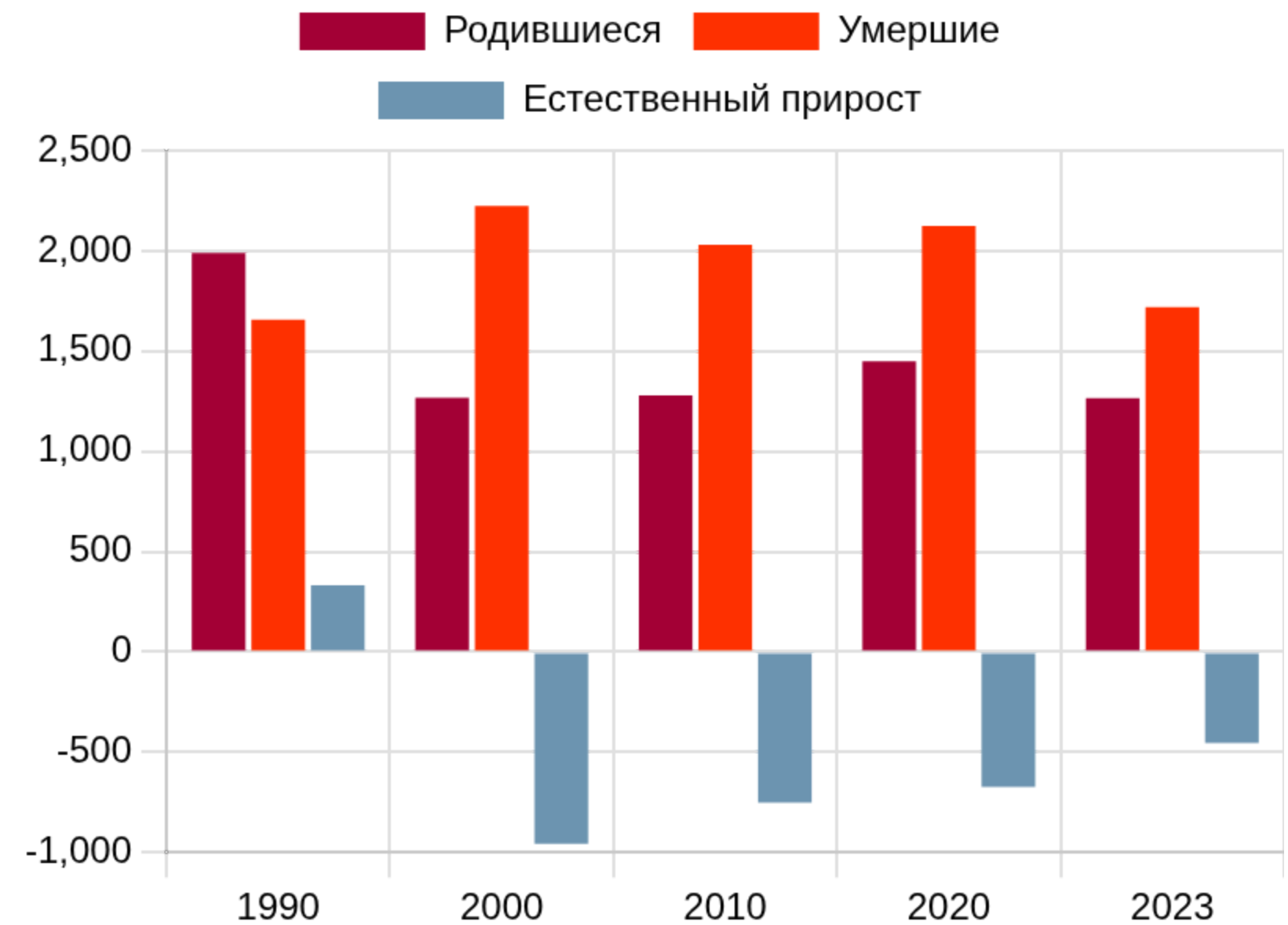
Это разница между числом родившихся и умерших. Для России в разные годы он был близким к нулю или отрицательным, что означает медленное уменьшение населения.

Естественное движение населения России

На диаграмме видны годы, когда число умерших заметно превышало число родившихся, особенно в 2000-е и 2020-е годы.

Когда смертность выше рождаемости, естественный прирост становится отрицательным, и численность населения сокращается.

Росстат; округлённые показатели по годам



Миграция и её влияние на численность населения

01

Что такое миграция

Миграция — это переезд людей из одного места в другое. Она бывает внутренней, когда люди меняют регион или город, и внешней, когда приезжают из других стран.

02

Внешний приток

Для России важны приезды из стран СНГ и других государств. Такой приток может частично компенсировать естественную убыль населения и влиять на возрастной состав жителей.

03

Переезды внутри страны

Многие люди уезжают из малых городов и сельской местности в крупные центры. Там больше возможностей для учёбы, работы и получения нужных услуг.

04

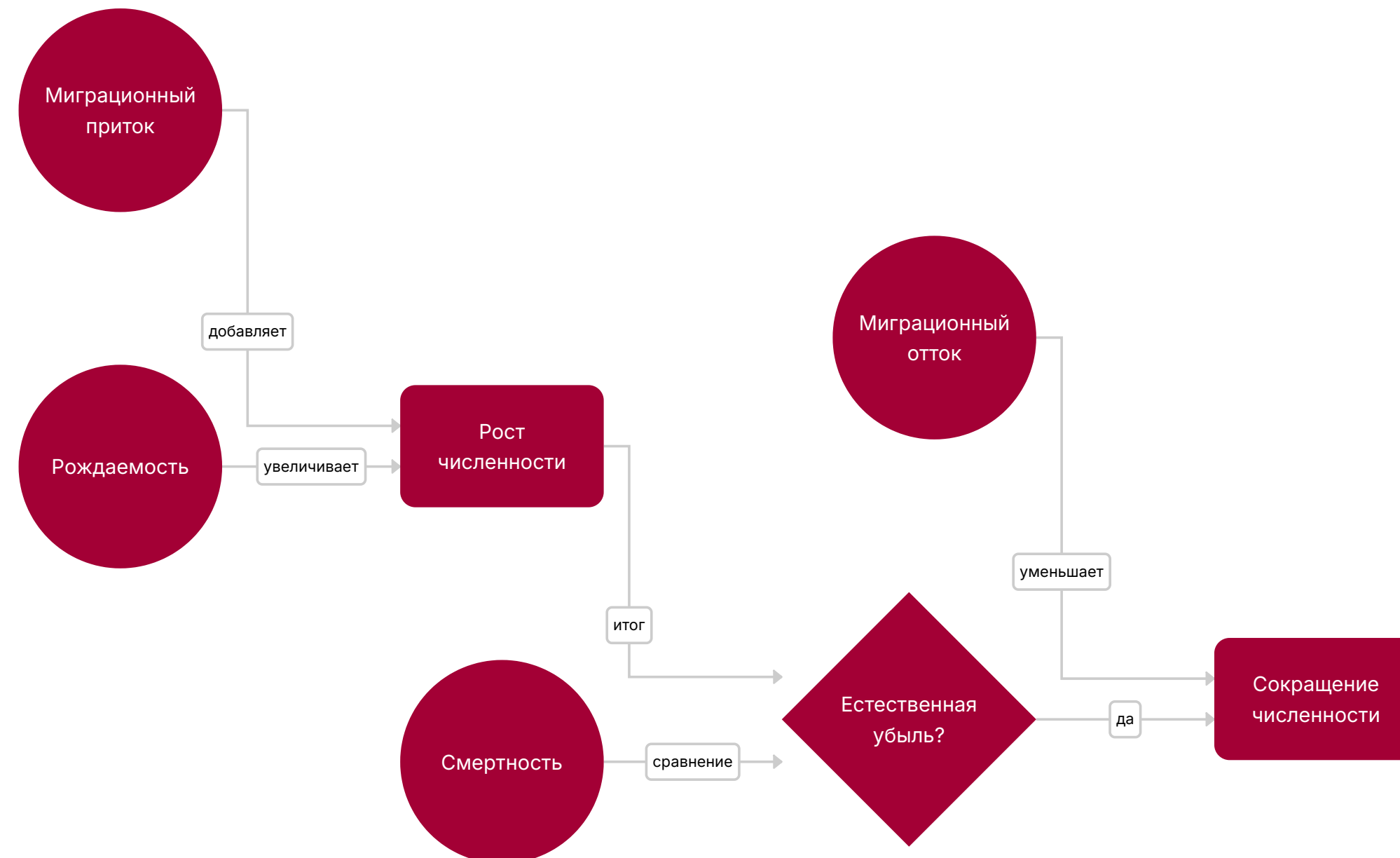
Влияние на регионы

Миграция меняет распределение населения по территории страны. Одни города и области растут быстрее, а другие теряют жителей, что усиливает различия между регионами.



Демографический баланс России

Схема показывает, как рождаемость, смертность и миграция вместе меняют численность населения.



Возрастная структура населения России

01

Доля старших возрастов

В возрастной структуре России заметна высокая доля пожилых людей. Это связано с демографическими изменениями прошлых десятилетий и постепенно влияет на потребность в медицинской и социальной поддержке.

02

Меньше детей и подростков

Число детей и подростков сравнительно ниже, чем у старших поколений. Причина — снижение рождаемости в 1990-е годы и в начале 2000-х, когда родилось меньше будущих родителей.

03

Влияние на школы и работу

Возрастной состав заметно отражается на жизни страны: где-то нужно больше школ и детских садов, а где-то важнее рабочие места, переобучение и поддержка трудоспособного населения.

04

Нагрузка на социальную сферу

Чем старше население, тем больше возрастает потребность в лечении, пенсиях и уходе. Поэтому возрастная структура важна для планирования бюджета и развития социальной политики.

Возрастные группы населения и их значение

Группа	Значение	Потребности
Дети и подростки	Будущее страны	Школы
Трудоспособные	Основная сила экономики	Рабочие места
Пожилые люди	Опыт и поддержка	Пенсии и медицина

Три основные группы населения по-разному влияют на жизнь страны и её социальные расходы.

Состав населения напрямую влияет на образование, экономику и социальные расходы государства.

Обобщение по возрастной структуре населения России

Россия на фоне крупнейших стран мира

Огромная территория — не значит первое место

Россия занимает первое место в мире по площади, но по численности населения находится далеко не в лидирующей пятёрке. На сравнительной инфографике это особенно заметно рядом с Индией, Китаем и США.



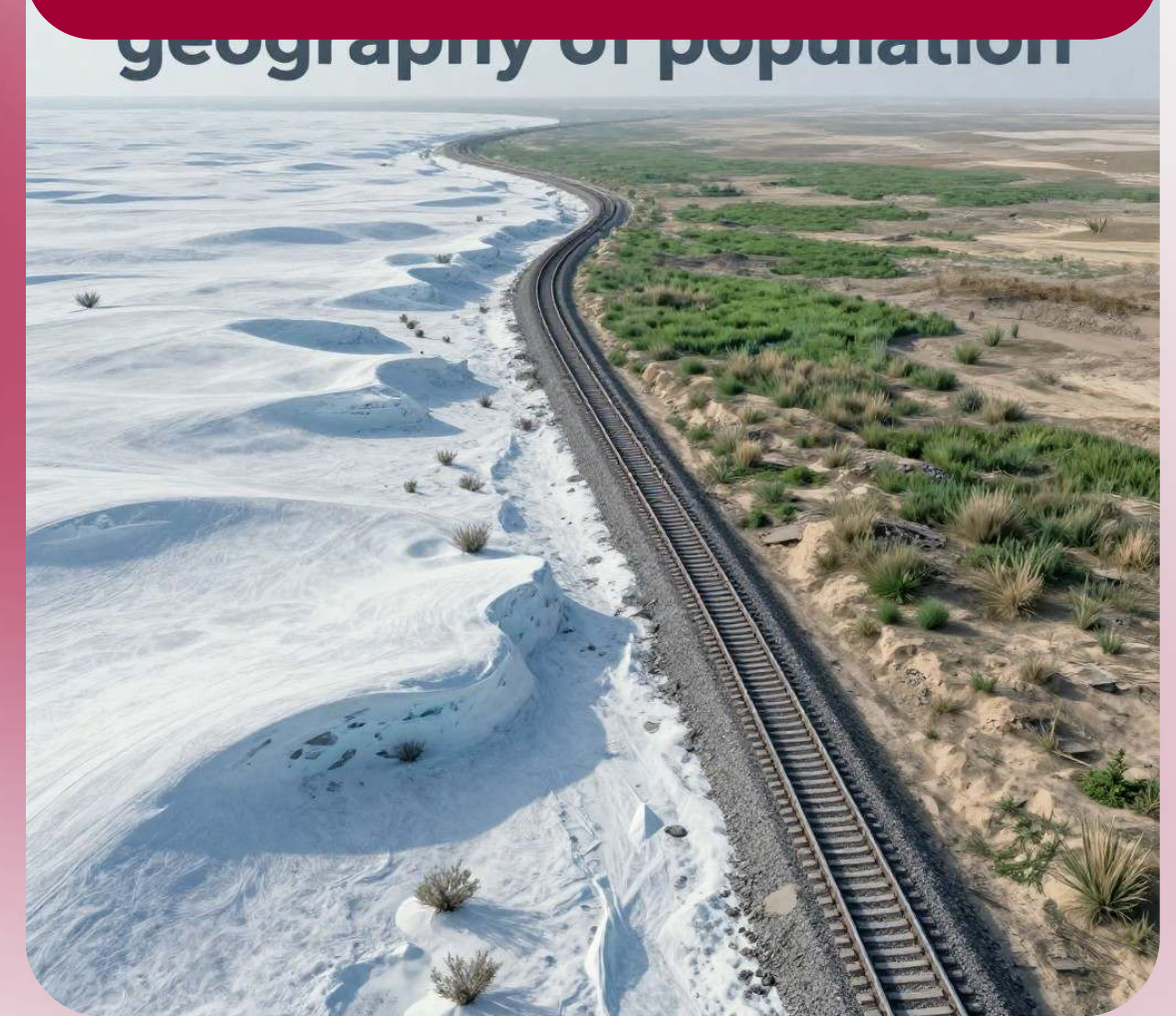
Миллионы жителей в одной стране

Флаги и цифры помогают увидеть разницу между странами сразу. У России много населения, но всё же меньше, чем у Индии, Китая, США, Индонезии и Пакистана.



География населения — важный контраст

Такое сравнение показывает, что большая территория не гарантирует высокую плотность населения. Для России особенно важны климат, транспорт и историческое освоение территорий, которые влияют на расселение людей.



Население по федеральным округам России

На диаграмме видно, что население сосредоточено прежде всего в европейской части страны и в наиболее развитых транспортных узлах.

Центральный, Приволжский и Южный округа лидируют по численности, а Дальний Восток остаётся самым малонаселённым.

Росстат, оценка численности населения по федеральным округам, начало 2024 года



Почему численность населения важна для страны



Образование

Численность детей и подростков помогает планировать, сколько нужно школ, детских садов и учителей в разных районах страны.



Медицина

Возраст населения влияет на потребность в поликлиниках, больницах, врачах и лекарствах, особенно там, где много пожилых людей.



Жильё и города

Если жителей становится больше, растёт спрос на квартиры, дороги, коммунальные сети и новые кварталы, а города расширяются.



Экономика

Население определяет число работников, объём рынка товаров и услуг и помогает государству планировать развитие регионов и бюджета.

Факторы роста и снижения численности населения

Рост	Снижение
Высокая рождаемость	Старение населения
Снижение смертности	Отток жителей
Приток мигрантов	Экономические трудности
Поддержка семей	Малочисленные поколения

На численность населения одновременно влияют причины, которые могут усиливать рост или, наоборот, приводить к сокращению.

Рост и снижение населения зависят не от одного, а сразу от нескольких факторов, которые действуют одновременно.

Демографические процессы в России

Как государство влияет на демографическую ситуацию

Улучшение условий жизни

Строительство жилья, развитие медицины, транспорта и инфраструктуры делает регионы удобнее для жизни и помогает удерживать население на местах.

Поддержка семей

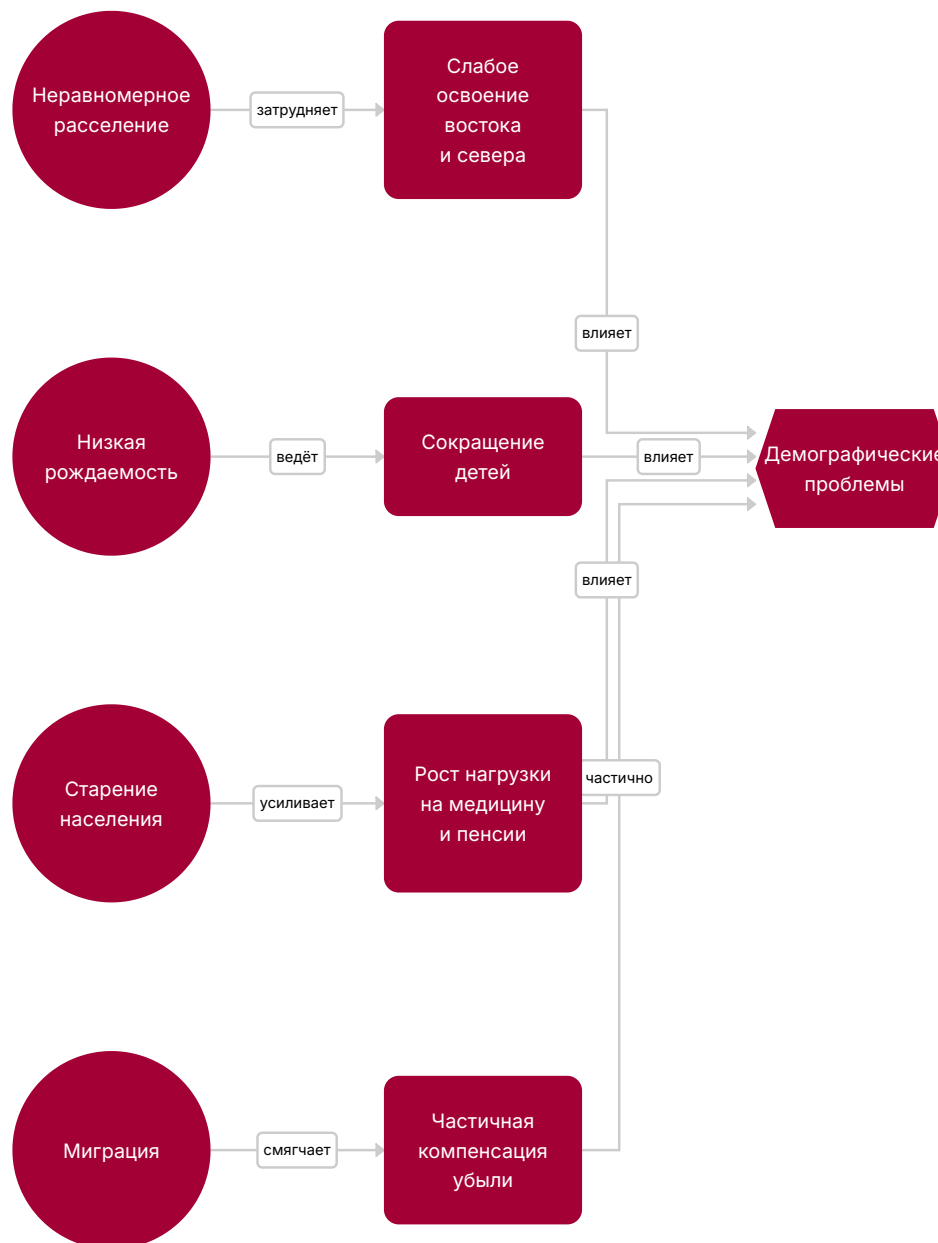
Государство помогает семьям с детьми: развивает систему пособий, материнского капитала и других мер, которые снижают финансовую нагрузку на родителей.

Работа и будущее регионов

Создание рабочих мест и помощь молодым семьям делают территории более привлекательными, а демографическую ситуацию — более устойчивой.

Основные демографические вызовы России

Схема отражает ключевые факторы, которые влияют на население, качество жизни и развитие регионов.



Численность населения России: что важно запомнить

Численность населения России зависит от рождаемости, смертности, миграции и размещения людей по территории. Это главный показатель, который помогает понять развитие страны, её регионов и будущие задачи.