

Кефер Н.Э.^а , Найденова К.

Национальная спортивная академия «Васил Левски», София, Болгария

АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

Кефер Наталья Эгоновна, Найденова Корнелия

Аналитический обзор физического здоровья школьников Республики Казахстан

Аннотация. В данной статье представлен анализ текущего состояния здоровья учащихся, выявленных проблем и возможные пути их решения. Физическое состояние школьников является одной из самых важных характеристик уровня физического здоровья и отражает показатели социального развития. Согласно исследованиям казахстанских ученых и отчетам Национального центра общественного здравоохранения, приведенным в статье, большое количество школьников используют активные способы передвижения в школу и обратно. В Казахстане за последние годы отмечаются изменения в образе жизни, которые оказывают влияние на физическое развитие и состояние здоровья подрастающего поколения. Результаты анализа указывают на снижение двигательной активности школьников из-за увеличения массы тела, хронических заболеваний, нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, нервной системы. Выявлены основные риски и предложены методические рекомендации по разработке программ в рамках оздоровления и улучшения физической активности обучающихся. Авторы данной работы оценили текущий уровень физического состояния школьников Казахстана, выявили его особенности и тенденции, а также предложили пути улучшения физического воспитания в образовательной среде.

Ключевые слова: физическое состояние, физическая активность, физическое здоровье, школьники, двигательная активность, физическое воспитание.

Кефер Наталья Эгоновна, Найденова Корнелия

Қазақстан Республикасы мектеп оқушыларының физикалық денсаулығына аналитикалық шолу

Аңдатпа. Бұл мақалада мектеп оқушыларының қазіргі денсаулықтарының жағдайын талдау, анықталған проблемалар мен шешу жолдары берілген. Мектеп оқушыларының физикалық жағдайы физикалық денсаулық деңгейінің маңызды сипаттамаларының бірі болып табылады және әлеуметтік даму көрсеткіштерін көрсетеді. Қазақстандық ғалымдардың зерттеулері мен мақалада келтірілген Қоғамдық денсаулық сақтау ұлттық орталығының есептеріне сәйкес, мектеп оқушыларының көп бөлігі мектепке жету мен қайтудың белсенді әдістерін пайдаланады. Қазақстанда соңғы жылдары жас ұрпақтың физикалық дамуы мен денсаулығына әсер ететін өмір салтында өзгерістер орын алуда. Талдау нәтижелері дене салмағының жоғарылауына, созылмалы ауруларға, тірек-қимыл аппаратының, көру, жүйке жүйесінің бұзылуына байланысты мектеп оқушыларының физикалық белсенділігінің төмендеуін көрсетеді. Оқушылардың денсаулығын нығайту және дене белсенділігін арттыру аясындағы бағдарламаларды өзірлеу үшін негізгі қауіптер анықталып, әдістемелік ұсыныстар ұсынылды. Бұл жұмыстың авторлары Қазақстандағы мектеп оқушыларының дене шынықтыру дайындығының қазіргі деңгейіне баға беріп, оның ерекшеліктері мен тенденцияларын анықтады, сонымен қатар білім беру ортасында дене тәрбиесін жетілдіру жолдарын ұсынды.

Түйін сөздер: дене жағдайы, дене белсенділігі, дене саулығы, мектеп оқушылары, дене қозғалысы, дене тәрбиесі.

Kefer Natalia Egonovna, Naydenova Korneliy

Analytical review of physical health of schoolchildren of the Republic of Kazakhstan

Abstract. This article presents an analysis of the current health status of students, the identified problems, and possible solutions. The physical condition of schoolchildren is one of the most important characteristics of the level of physical health and reflects indicators of social development. According to research by Kazakhstani scientists and reports by the National Center for Public Health, cited in the article, a large number of schoolchildren use active ways to travel to and from school. In Kazakhstan, lifestyle changes have been noted in recent years, which have an impact on the physical development and health status of the younger generation. The results of the analysis indicate a decrease in the physical activity of schoolchildren due to weight gain, chronic diseases, disorders of the musculoskeletal system, vision, and nervous system. The main risks are identified, and methodological recommendations are proposed for the development of programs within the framework of improving the health and physical activity of students. The authors of this work assessed the current level of physical condition of schoolchildren in Kazakhstan, identified its features and trends, and suggested ways to improve physical education in the educational environment.

Key words: physical condition, physical activity, physical health, schoolchildren, physical activities, physical education.

Введение. Физическое состояние школьников Казахстана представляет собой один из ключевых индикаторов здоровья нации и важнейший фактор устойчивого развития страны. В условиях стремительного научно-технического прогресса, урбанизации и трансформации образа жизни проблема физического здоровья подрастающего поколения приобретает особую актуальность. В казахстанском контексте значимость данной темы усиливается на фоне общественных и образовательных изменений, напрямую влияющих на образ жизни школьников.

Теоретический анализ литературы и существующих исследований позволяет обобщить современные данные, выявить проблемные зоны и обозначить перспективные направления для дальнейших научных разработок и практических решений. Изучение физического состояния школьников имеет междисциплинарный характер, охватывая медицинские, социальные, педагогические и управленческие аспекты, поскольку здоровье молодёжи тесно связано с качеством образования и социально-экономическим развитием государства.

Формирование здоровья подрастающего поколения является приоритетным направлением государственной политики Республики Казахстан. Именно в детском возрасте закладываются основы физического, психоэмоционального и социального благополучия взрослого населения. Тем не менее, результаты современных исследований указывают на устойчивую тенденцию к ухудшению физического состояния школьников. Среди негативных факторов отмечаются рост заболеваемости среди детей и подростков, чрезмерное использование цифровых устройств, несбалансированное питание и снижение уровня двигательной активности.

Эти проблемы всё чаще становятся предметом внимания в Казахстане, где, несмотря на реализацию ряда государственных программ, сохраняется высокий уровень хронических заболеваний среди учащихся. Комплексный анализ указанных показателей необходим для разработки эффективных оздоровительных мероприятий, профилактических стратегий и планирования образовательной политики в области физической культуры и спорта.

Школа играет ключевую роль в формировании физического и психического здоровья детей. Мониторинг физического состояния учащихся позволяет выявить основные проблемы, определить факторы риска и наметить направления для профилактики и коррекции. Анализ типовых учебных программ для общеобразовательных учреждений, включая школы для детей с особыми образовательными потребностями, выявил необходимость внесения изменений, направленных на повышение уровня

физической активности обучающихся. Разработка и внедрение государственных программ по продвижению физической активности в Казахстане представляет собой актуальную и многоплановую задачу, требующую комплексного научно-методического и управленческого подхода.

Цель исследования – оценить текущее состояние здоровья и уровень физического развития школьников Казахстана на основании литературных источников, выявить основные проблемы и факторы, влияющие на ухудшение показателей, а также предложить меры по улучшению ситуации.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть статистические данные о здоровье и физическом состоянии школьников в Республике Казахстан и определить часто встречающиеся заболевания среди школьников.

2. Проанализировать действующие государственные программы, направленные на формирование физической активности и охрану здоровья детей.

3. Сравнить уровень физической активности школьников Казахстана за период 2019-2024 годы и выявить факторы, влияющие на его формирование.

Материалы и методы. Контент-анализ использован в качестве основного метода качественного анализа текстовых материалов. Он позволил выявить ключевые темы, проблемы и тенденции, касающиеся физического здоровья школьников в Казахстане. Анализу подверглись официальные документы (государственные программы, отчеты Министерства здравоохранения, Министерства просвещения, нормативно-правовые акты), а также научные публикации и статистические сводки.

Для проведения исследования использовались данные, представленные в научной литературе, а также в отчётах и статистических сборниках, посвящённых физическому состоянию школьников Республики Казахстан. Поиск источников осуществлялся в период с 2021 по 2025 годы. В анализ были включены следующие типы источников: государственные и региональные отчёты о состоянии здоровья школьников, исследования с представленной численной информацией о показателях физического состояния детей и подростков 7–17 лет.

В общей сложности были проанализированы данные из 26 источников, охватывающих около 6 841 527 школьников из различных регионов Казахстана. Возраст участников в изученных работах варьировался от 7 до 17 лет, половая структура варьировалась в зависимости от исследования. Систематический обзор состоял из 4 этапов: поиска, оценки, синтеза и анализа данных. Из каждой работы извлекались количественные данные, которые затем систематизировались.

Описательная статистика применялась для обобщения средних значений, выявления общих тенденций и сравнения различий по годам. Для визуализации результатов использовались таблицы и графики.

Результаты. В Казахстане на начало 2025 года проживает 20 333 530 человек [1]. Количество детей до 18 лет составляет 6 841 527 [2]. Из них дети, имеющие инвалидность, - 185 385 [3].

Анализ литературных источников позволяет сделать вывод, что в работах казахстанских авторов в основном рассматривается проблема ухудшения здоровья школьников Казахстана в связи с возрастающей нагрузкой в процессе обучения, которая приводит к стрессу и высокому уровню утомляемости, что сказывается на процессе сопротивляемости к различным заболеваниям. Так в работах Н.Т. Джайнакбаева, Л.Ж. Оракбай, Г. Алимова рассматриваются результаты исследований, которые свидетельствуют о том, что состояние здоровья обучающихся 13-18 лет очень низкое [4].

Данные Национального центра общественного здравоохранения Министерства здравоохранения Республики Казахстан свидетельствуют о том, что ежегодно происходит снижение физической активности подрастающего поколения. Причем данное снижение более характерно для женской

части населения. В последние годы 15,4 % детей имеют избыточную массу тела, а 4,7 % - ожирение.

Согласно данным Национального центра общественного здравоохранения, около 70,9 % казахстанских школьников используют активные способы передвижения в школу и обратно, что близко к показателям других стран Центральной Азии. Однако, несмотря на это, более 56 % младших школьников не занимаются в спортивных или танцевальных секциях, что ниже, чем в ряде европейских стран [5]. 86,8 % детей физически активны не менее 60 минут в день [6].

За четырёхлетний период снизилась доля детей с ежедневной физической активностью с 34,0 % до 32,4 %, в основном за счёт снижения показателя активности у девочек [7]. В целом мальчики (36,4 %) в большей степени физически активны, чем девочки (28,2 %).

Согласно исследованию HBSC, после пандемии также наблюдается ухудшение физической активности и здоровья школьников в подростковом возрасте, что чаще встречается у девочек и подростков старшего возраста [8]. Так, в ходе исследования HBSC были изучены показатели здоровья детей 11-16 лет за два года, на основании которых определена доля детей, имеющих хронические заболевания, которые были диагностированы специалистами здравоохранения (таблица 1).

Таблица 1 – Доля детей с хроническими заболеваниями, которые диагностировал врач [6, 7]

Возраст (лет)	Имеют хронические заболевания (%)			
	мальчики		девочки	
	2022 год	2023 год	2022 год	2023 год
11-12	8,4	8,9	9,3	9,7
13-14	8,1	8,7	10,2	10,8
15-16	7,9	8,6	13,6	13,9
X	8,1	8,7	11,0	11,5

Общая динамика показывает рост показателей по всем возрастным группам и полам. Особенно заметен рост в старших возрастных группах у девочек, где он превышает 13 %. Незначительный, но постоянный прирост у мальчиков с увеличением возраста (от 0,5 % до 0,7 %). Практически у всех возрастных групп наблюдается небольшой, но устойчивый рост

хронических заболеваний. Возрастная динамика у мальчиков показывает, что с каждым годом рост хронических заболеваний менее выражен. А у девочек особенно резкий рост заболеваемости с возрастом от 11 лет к 16 годам (2022 год: от 9,3 % до 13,6 %; 2023 год: от 9,7 % до 13,9 %).

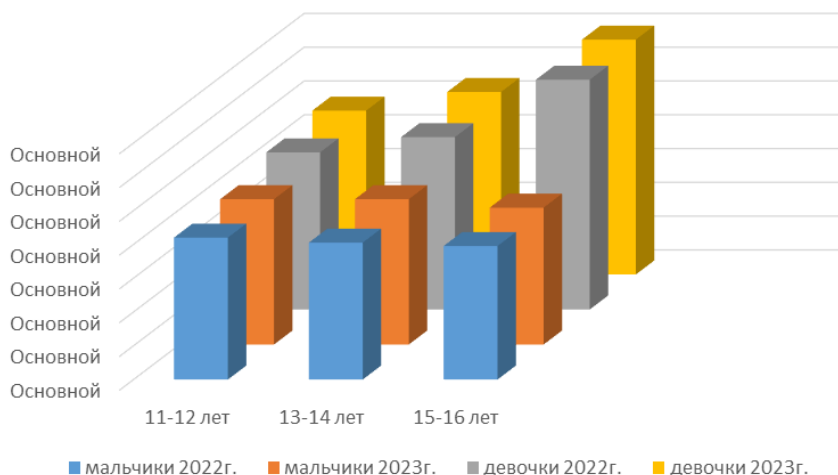


Рисунок 1 – Соотношение здоровья мальчиков и девочек по возрастным категориям за два года [7, 8]

Анализ заболеваемости детей показал, что в сравнении с 2022 годом увеличилась заболеваемость школьников в 2023 году среди девочек в среднем на 0,6 %, среди мальчиков – 0,5 % (рисунок 1). Выявлены часто встречающиеся хронические заболевания. Болезни:

- органов дыхания – 50 %;

- органов пищеварения – 10 %;
- органов нервной системы – 6 %;
- глаз – 10 %;
- костно-мышечной системы и кожи – 17 % [9].

В таблице 2 приведены данные, которые оценивают функциональные трудности, возникающие у обучающихся в связи с имеющимся заболеванием.

Таблица 2 – Функциональные трудности обучающихся [7, с. 58]

Не могут пройти 500 м (%)	Испытывают большие трудности при прохождении 500 м (%)	Не владеют навыками самообслуживания (%)	Испытывают большие трудности при самообслуживании (%)
0,8	3,1	0,6	0,9

Функциональные трудности влияют не только на физические возможности ребенка, но и на овладение навыками самообслуживания (Рисунок 2).

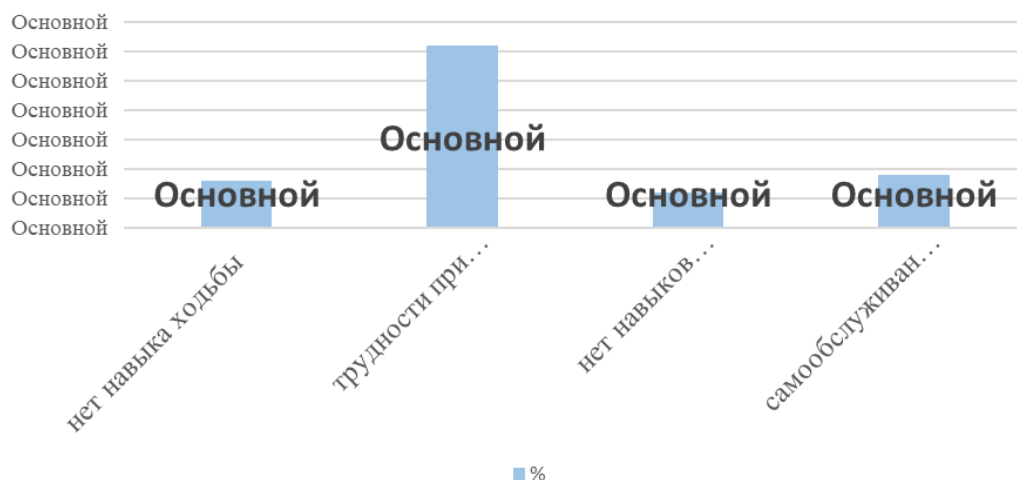


Рисунок 2 – Функциональные возможности школьников в возрасте 11-16 лет [7, с. 59]

Вице-министр просвещения Едил Оспан на международной научно-практической конференции «Трансформация концептуальных основ физического воспитания в организациях образования» 12 декабря 2024 года отметил, что наиболее распространенными заболеваниями являются патологии зрения, нервной системы и опорно-двигательного аппарата. Среди учащихся начальных классов выявлены случаи сколиоза (16,5 %), близорукости (43 %) и заболеваний нервной системы (15 %) [10].

Исследования Г.Н. Абдуалиевой и др. показывают, что физическая активность школьников в Казахстане значительно ниже, чем рекомендовано Всемирной организацией здравоохранения [11]. Результаты исследований А.М. Тулегеновой указывают на то, что большинство школьников Казахстана не выполняют минимальные требования на уроках физической культуры, что свидетельствует о низком уровне физической активности [12].

Такие авторы как М.А. Бекмурзаев, Л.И. Бауыржанова, А.С. Куанышбаев, Ж.Н. Нурмухамбетова, в своих исследованиях рассматривают причины ухудшения физического здоровья школьников и снижение их физической активности, выделяя из них самые распространенные, такие как доступность медицинских услуг, уровень доходов семей и их влияние на питание и здоровье детей, проблемы ожирения школьников, экологические проблемы [4, с. 26; 13-15].

В постановлении правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года «Об утверждении Концепции развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023–2029 годы» определены основные цели и задачи в области физической культуры и спорта, направленные на повышение доступности занятиями физической культурой и спортом, развитие массового спорта и спорта высших достижений (адаптивного спорта), увеличив процент занимающихся физической культурой и спортом до 50%. Здесь включены инициативы: открытие спортивных секций (ежегодно планируется открывать не менее 800 спортивных

секций в городах, районах и сельских населенных пунктах); школьные спортивные лиги (регулярное проведение школьных спортивных лиг для вовлечения учащихся в систематические занятия физической культурой и спортом); создание спортивных клубов в школах (организация не менее одной спортивной команды в каждой школе, функционирующей на постоянной основе) [16].

Также в Концепции развития физической культуры и спорта затрагивается вопрос о материально-технической обеспеченности общеобразовательных учреждений. А именно - нехваткой спортивного инвентаря и отсутствием спортивных залов и площадок. В связи с этим разработчиками предлагается подшеювое финансирование государственного спортивного и творческого заказа для детей и подростков.

В рамках плана развития физической культуры и массового спорта на 2020-2025 годы установлены следующие цели: увеличение доли детей и подростков, систематически занимающихся физической культурой и спортом, с 27 % (2023 год) до 45 % (2025 год) с созданием не менее одной спортивной команды в каждой образовательной организации, функционирующей на постоянной основе [17].

В Казахстане реализуются программы Министерства здравоохранения и Министерства просвещения, направленные на улучшение здоровья школьников и включающие повышение физической активности, но их недостаточно. РГКП «Национальный научно-практический центр физической культуры» МП РК (далее ННПЦФК МП) утвердил проведение национальной школьной лиги (далее НШЛ) по десяти видам спорта. Основной целью является привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом для формирования здорового образа жизни [18]. НШЛ проводится ежегодно с 2015 года и охватывает обучающихся 5-11 классов (Таблица 3). По регламенту проведения национальной школьной лиги выдерживают 4 этапа: внутришкольный, районный/городской, областной и республиканский.

Таблица 3 – Динамика участия школьников в НШЛ [19-21]

Учебный год	1-й этап Внутри-школьный (количество учащихся)	2-й этап Районный/городской (количество учащихся)	3-й этап Областной (количество учащихся)	4-й этап Республиканский (количество учащихся)
2018-2019	1 342 123	300 000	10 000	1 638
2020-2021	1 898 135	744 566	47 590	4192
2021-2022	1 917 134	794 419	50 597	4192
2022-2023	1 898 135	74 590	47 599	4192

Проведенный анализ свидетельствует о том, что ежегодно происходит увеличение количества детей, участвующих в НШЛ. Так, мы можем видеть, что количество школьников, принимающих участие в НШЛ, значительно увеличивается на первых 2 этапах, так как возрастает количество обучающихся, занимающихся спортом в рамках учебных заведений (таблица 3). На первом этапе с 2018 по 2021 годы количество участников увеличилось на 41 %, а с 2021 года стабилизировался (в среднем 1,9 млн.). Это может говорить о предельном охвате и стабильно высокой вовлеченности школьников занятиями спортивных секций на местах обучения. На наш взгляд, это может быть связано с принятием закона «О статусе педагога», в котором пересмотрены многие аспекты материального вознаграждения (например: поощрение педагогу за победителя международных соревнований) и дополнительной оплаты за проведение секционной работы учителя в школе [22]. На втором этапе наблюдается скачок в количестве участников в 2020-2021 учебном году, что превышает показатель данного этапа в 2018-2019 учебном году более чем в 2,5 раза. Но в 2022-2023 учебном году наблюдается резкое снижение почти на 90 %. В большей степени на данное снижение повлияли паводки во многих областях Казахстана, и школьники не могли участвовать в НШЛ из-за организационных трудностей. На третьем этапе наблюдается рост участников НШЛ с 10 000 до 50 000 и стабилизация с незначительными изменениями. На четвертом этапе можно отметить резкий скачок количества спортсменов с 1 638 (2019 год) до 4 192 (2021 год).

Анализируя данные за годы проведения НШЛ, видно, что интерес школьников к занятиям спортом значительно вырос. В целом видно, что НШЛ охватывает все большее количество школьников, и это положительная тенденция. Существенный рост количества участников на всех этапах (за исключением аномальных и непредвиденных обстоятельств) говорит о том, что школьный спорт становится доступным и физической активностью охватывается широкий контингент обучающихся на уровне школ и районов. Это особенно важно с точки зрения профилактики малоподвижного образа жизни, который стал актуальной проблемой в эпоху цифровых технологий. НШЛ – это не просто разовые спортивные мероприятия, а возможность школьников показать высокие спортивные результаты. Поддержка и развитие этой инициативы – важный шаг к формированию здорового образа жизни среди молодёжи и снижению рисков, связанных с гиподинамией и малоподвижным образом жизни,

вовлечение школьников в регулярные спортивные тренировки.

Развитие школьного спорта и участие обучающихся в спартакиадах, фестивалях и различных спортивных секциях имеет конечно положительный результат. Кроме этого, действуют общественные программы, которые дополняют государственные и способствуют всестороннему развитию физической активности школьников, такие как:

- «Жас Сарбаз» для детей 10–16 лет направлена на воспитание молодежи через физическую подготовку и патриотическое воспитание [23]. В этой программе в 2019 году принимали участие около 215 000 школьников, а 2023 - около 280 000 [24];

- «Жас Ұлан» направлена на организацию и проведение спортивных мероприятий (соревнований и фестивалей), тренингов и семинаров для развития лидерских качеств, командной работы школьников [25]. Динамика роста школьников, вовлеченных в эту программу выглядит следующим образом: 2020 год – 1 254 545 детей, а в 2024 году – 1 394 707. Если рассматривать период за четыре года, то число участников программы увеличилось примерно на 140 162 человека [26];

- «Школа здорового питания» направлена на формирование у школьников здоровых привычек и повышение двигательной активности в течение дня [27]. Программа разработана в 2013 году Алматинским городским научно-методическим центром новых технологий в образовании, Казахской академией питания, компанией «Нестле» для помощи школьникам и их родителям в применении технологий правильного питания, знакомства с кулинарными традициями, соблюдения режима дня и ведения активного образа жизни [28]; ориентирована на детей 6-8 лет [29].

Закон Республики Казахстан о физической культуре и спорте устанавливает обязательные нормы физического воспитания в образовательных учреждениях, такие как часы физического воспитания (не менее трех раз в неделю). Обучающиеся с ослабленным здоровьем занимаются в специальных медицинских группах и группах лечебной физической культуры [30].

Одним из основных спортивных мероприятий, проводимых в рамках государственных программ при поддержке Министерства просвещения, направленных на выявление талантливых спортсменов и популяризацию спорта и физической культуры среди школьников, является «Гимназида школьников Казахстана». Так в 2024 году были проведены состязания по 23 видам спорта, где приняли участие 2000 школьников со всех регионов страны [31, 32].

Обучающиеся в подавляющем большинстве без особых проблем получают знания и навыки по стандартной образовательной программе. Но наряду с ними находятся дети с особыми образовательными потребностями, имеющими ограниченные возможности здоровья (ОВЗ), требующие особого внимания и индивидуально-дифференцированного подхода. Создание условий, при которых ребенок с нарушениями здоровья может получить полноценное физическое развитие и двигательную активность в рамках общеобразовательной школы, приводит к инклюзивному образованию.

С 2017 года в Республике Казахстан внедрено инклюзивное образование. По типовым учебным программам РК физическая культура в школе проводится три раза в неделю согласно календарно-тематического плана. Любое врожденное или приобретенное ограничение в состоянии здоровья ставит перед человеком проблему адаптации к жизни в новом качестве, проблему освоения новых знаний, двигательных умений и навыков, развитие и совершенствование специальных физических способностей и психических качеств. В связи с этим Республиканским государственным учреждением «Национальный научно-практический центр развития специального и инклюзивного образования» вместе с учителями специальных школ были разработаны типовые учебные программы по разным нозологическим формам (в том числе по физической культуре), которые находятся в свободном доступе для всех преподавателей на сайте Национальной академии им. И. Алтынсарина. Но 135 минут в неделю недостаточно для физической активности подрастающего поколения.

КГКП «Городской учебно-практический центр физической культуры и спорта» Управления образования г. Алматы проводит «Городские инклюзивные игры» для школьников с особыми образовательными потребностями по двенадцати видам спорта. С 2021 года в г. Алматы проводятся отборочные соревнования среди школьников с ООП по всем нозологическим формам для выступления на республиканских инклюзивных играх.

В Алматы в 2017 году стартовали первые Национальные инклюзивные игры «Жұлдызай». В нашей стране, где остро стоит вопрос развития массового спорта для детей с ОВЗ, проведение игр «Жұлдызай» вносит свой вклад в развитие

инклюзивного движения и развитие физической активности для такой категории детей [33].

Сейчас по положению в регионах проводятся отборочные соревнования на Республиканские Национальные инклюзивные игры «Жұлдызай». Это грандиозное мероприятие получило активную поддержку со стороны различных организаций и учреждений. В числе участников, поддерживающих проведение игр, присутствуют такие организации, как Национальный паралимпийский комитет Республики Казахстан, Комитет по делам спорта и физической культуры Министерства туризма и спорта Республики Казахстан, Общественный фонд «Жұлдызай и К», управление спорта акимата города Астаны. Сотрудничество этих организаций играет ключевую роль в успешной организации и проведении мероприятия [34]. Так, в 2022 году в этих играх приняли участие 310 детей с особыми образовательными потребностями (ООП), а в 2024 году уже более 500 спортсменов из 19 регионов страны [35].

В настоящее время в Республике Казахстан вопросам физического здоровья населения, особенно детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), уделяется значительное внимание. В рамках государственной поддержки реализуются специализированные программы, в том числе при участии Общественного фонда «Мир равных возможностей». Деятельность данного фонда направлена на содействие социальной адаптации детей с ОВЗ через организацию сети бесплатных спортивных секций, охватывающих 23 населённых пункта и города Казахстана. Под руководством фонда проводятся занятия по 11 видам адаптивного спорта [36].

Согласно данным Национального центра общественного здравоохранения Республики Казахстан, доля граждан, ведущих здоровый образ жизни, в 2024 году составила 34,2 %. Показатель демонстрирует положительную динамику: в 2023 году он составлял 32,2 %, в 2022 году — 31,4 %, а в 2021 году — 23,2 % (см. рис. 3) [37]. В рамках данного показателя в качестве компонентов здорового образа жизни рассматривались: отказ от курения, ежедневное потребление овощей и фруктов, наличие адекватной физической активности и минимальное употребление алкоголя.

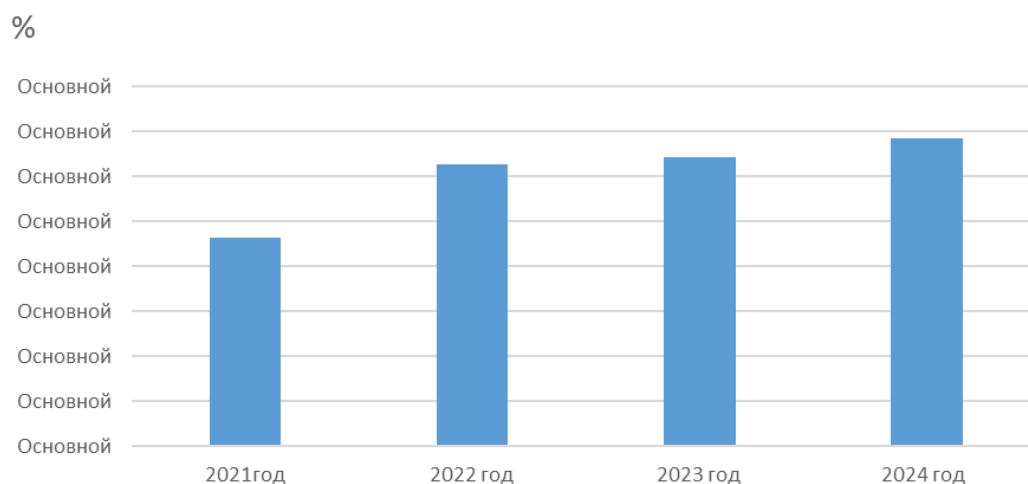


Рисунок 3 – Рост здорового образа жизни в Казахстане [24, с. 22]

В рамках системы мониторинга уже на текущем этапе прослеживается, что использование соответствующего индекса позволяет получить объективную популяционную картину приверженности населения к принципам здорового образа жизни. Это, в свою очередь, способствует более эффективной пропаганде и популяризации ЗОЖ среди различных социальных и возрастных групп.

Профилактические мероприятия играют ключевую роль в оценке эффективности реализации приоритетного национального проекта «Здоровая нация». Изучение динамики показателей, включая численность лиц, соблюдающих принципы ЗОЖ, позволяет совершенствовать используемый индекс, повышая его надёжность и информативность как инструмента для принятия управленческих решений [38].

Обсуждение. Полученные данные подтверждают наличие проблемы снижения уровня физического здоровья среди школьников. Основные причины – личный пример взрослого населения, малоподвижный образ жизни, недостаточная организация физического воспитания, а также низкая мотивация к занятиям спортом. Современные условия обучения, в том числе онлайн-формат, усилили дефицит двигательной активности. Школьники проводят значительное время за различными гаджетами, что негативно сказывается на их здоровье. Согласно данным, 75 % школьников страдают от гиподинамии, что связано с недостаточной физической активностью и увеличением времени, проводимого за экранами гаджетов [39].

Необходимо внедрение программ по оздоровительной физической культуре, разработанными

специалистами в области физической культуры и спорта совместно с органами здравоохранения. И здесь возникает основная проблема: эти структуры работают отдельно друг от друга, и между ними отсутствует координация совместных действий. Для создания и внедрения этих программ можно создать межведомственную рабочую группу, в которую будут входить: представители Минздрава, Министерства культуры и спорта, Министерства просвещения, специалисты в области физкультуры, медицины и здравоохранения. Результатом будет создание единой платформы для сбора данных, четкое распределение ответственности между структурами разных ведомств, определение индикаторов ответственности, перекрестное обучение специалистов и запуск пилотных проектов по внедрению этих программ.

Для проведения регулярных скринингов здоровья в образовательных учреждениях необходимо сотрудничество школы с поликлиниками по месту жительства для выявления и проведения профилактической оздоровительной работы с детьми, имеющими хронические заболевания.

Кроме того, необходимо обратить внимание на развитие школьной инфраструктуры для физической активности, так как это один из ключевых моментов для внедрения новых оздоровительных программ. В этот процесс входит модернизация и оснащение спортивных залов, летних площадок, создание беговых дорожек на территории школы, оснащение спортивных уголков внутри школы, адаптация оборудования и приобретение специальных тренажеров для инклюзивной физической культуры, оборудование кабинетов релаксации, установка экранов для видео-тренировок.

За последние пять лет усилилась профилактика заболеваний в сфере образования и здравоохранения. Это в первую очередь связано с ростом хронических заболеваний, которые приводят к снижению двигательной активности обучающихся. В соответствии с этим проводятся мониторинги, где учитываются данные о заболеваемости: оценка функциональных возможностей, измерение антропометрии (рост, вес, индекс массы тела окружность грудной клетки, жизненная емкость легких), оценка физической подготовленности, анализ медицинских осмотров, анкетирование школьников

и их родителей. Сбор таких статистических данных проводится как на государственном уровне, так и на местах обучения (медиками, учителями физической культуры) для получения актуальной информации об уровне физического развития подрастающего поколения.

В период с 2020 по 2025 годы в Казахстане наблюдается положительная динамика в области физической активности школьников, включая увеличение доли физически активных детей и расширение спортивной инфраструктуры (таблица 4).

Таблица 4 – Динамика школьников, занимающихся физической активностью в Казахстане [40]

Год	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Школьники, занимающихся физической активностью (%)	34 %	35 %	36 %	37 %	39 %	42 %

Однако остаются проблемы, такие как недостаток спортивных залов в школах и необходимость улучшения качества физического воспитания. Несмотря на модернизацию инфраструктуры, в период с 2020 по 2025 годы 746 школ не имело оборудованных помещений для занятий физической культурой, а в 587 школах уроки проводятся в помещениях, не предназначенных для такого вида занятий [41].

Реализация стратегических инициатив педагогов школ по физической культуре для модернизации образовательных программ способствует дальнейшему улучшению ситуации по повышению физической активности школьников [42].

Также необходимо отметить, что самый напряженный период, повлиявший на снижение физической активности, приходится на период с 2020 года по 2021 год (период пандемии). Переход на дистанционное обучение, отсутствие возможности посещать спортивные секции, клубы и площадки снизили уровень физической активности не только детского населения, но и взрослого. Это, в свою очередь, привело к целому ряду негативных показателей в физическом здоровье населения: ожирение, нарушение опорно-двигательного аппарата, нарушение осанки, зрения и т.д. В связи с этим на государственном уровне ЕНУ имени Л. Гумилёва совместно с ННЦФК МП разработал грантовый проект Министерства науки и высшего образования Республики Казахстан «Мониторинг физического здоровья детей и подростков: модификация национальных измерительных инструментов». Данный проект направлен на оценку физического развития и подготовленности школьников, где проводятся антропометрические

и физиометрические исследования, включены специальные тесты по оцениванию физических качеств ребенка. Результаты исследования позволили выявить следующие тенденции: наблюдается тенденция к улучшению антропометрических показателей, таких как рост и масса тела, что может свидетельствовать о положительных изменениях в питании и общем состоянии здоровья школьников. Несмотря на улучшение некоторых антропометрических показателей, результаты тестов на выносливость и силу показывают необходимость в повышении уровня физической активности среди школьников. На основании данных, полученных в ходе реализации проекта, будут разработаны четкие механизмы мониторинга и исследования физической подготовленности детей и подростков. Также представлены измерительные инструменты, которые в полной мере дадут возможность оценить уровень физической активности подрастающего поколения. Хочется отметить, что все изученные нами программы, направленные на формирование уровня физической активности, разработаны для школьников 9-18 лет. В связи с возрастными особенностями младший школьный возраст является основой для дальнейшего развития базовых двигательных навыков, которые сохраняются всю жизнь. Разнообразие двигательной активности важны именно в этом возрасте.

Заключение. Проведённый анализ и обобщение доступных источников позволяют констатировать достижение поставленной цели исследования. Осуществлён анализ текущего состояния здоровья и физического развития школьников Республики Казахстан с опорой на статистические данные и результаты существующих исследований.

В ходе работы были выявлены основные проблемы, влияющие на состояние здоровья учащихся. К числу наиболее острых относятся снижение уровня физической активности, рост хронических заболеваний, обусловленных малоподвижным образом жизни, а также недостаточная эффективность отдельных государственных программ, направленных на развитие двигательной активности и охрану здоровья школьников.

Рассмотрение статистических показателей позволило определить наиболее распространённые заболевания среди школьников: нарушения опорно-двигательного аппарата, ухудшение зрения, патологии сердечно-сосудистой и нервной систем. Установлено, что значительная часть этих нарушений связана с низким уровнем физической активности, а также с воздействием внешних факторов — популяризацией виртуального досуга, высокой учебной нагрузкой, недостаточной организацией физического воспитания в образовательных учреждениях.

Анализ действующих программ, направленных на оздоровление населения, в том числе школьного возраста, выявил необходимость их актуализации, повышения практической ориентированности и адаптации к современным условиям. Разработка комплексных подходов, интегрирующих образовательные, медицинские и социальные аспекты, представляется приоритетной задачей государственной политики в области охраны здоровья подрастающего поколения.

Подводя итоги проделанной работы, представляется возможным выделить следующие ключевые выводы, отражающие суть проведённого эксперимента:

1. Численность детей в возрасте 6–17 лет составляет более 6,5 миллионов человек, это примерно 34 % от общего населения страны. Часто встречающиеся заболевания среди учащихся начальных классов - сколиоз (16,5 %), близорукость (43 %) и заболевания нервной системы (15 %). Среди обучающихся 5–11 классов выявлены хронические заболевания: среди мальчиков - 8,7 %, среди девочек - 11,5 %. К хроническим заболеваниям относятся болезни органов дыхания (50 %), пищеварения (10 %), нервной системы (6 %), костно-мышечной ткани и кожи (17 %). Необходимо продолжать усилия по улучшению профилактики заболеваний учителями физической культуры и медиками. Для этого необходима постоянная связь врачей образовательных организаций с врачами поликлиник по месту жительства для профилактики заболеваний и создания условий для регулярной физической активности обучающихся. Но здесь существуют определенные риски, связанные с

правилами неразглашения персональных данных, ограниченными ресурсами как у школ, так и у медицинских организаций. Здесь необходимо рассмотреть вопросы об обеспечении передачи данных с соблюдением законодательства, предусмотреть все меры по координации профилактической и оздоровительной работы.

2. Действующие государственные оздоровительные программы показывают, что планомерно ведется работа по формированию физической активности школьников и охране здоровья детей. Уже сейчас частично установлены механизмы взаимодействия между школами и поликлиниками на уровне проведения различных спортивных мероприятий. Созданы дополнительные проекты для обучающихся 5–11 классов для нейротипичных школьников. При школах работают секции по разным видам спорта в зависимости от инфраструктурных возможностей образовательного учреждения. Новые оздоровительные программы (НШЛ, «Мир равных возможностей», Гимназида школьников Казахстана, НИИ «Жұлдызай» и т.д.) внесли много нового в сравнении с предыдущими программами. Они характеризуются более интегрированным подходом, активным вовлечением общественности для улучшения и расширения инфраструктуры, открытием новых секций по видам спорта как на уровне регионов, так и в школах.

3. На основе проведенного анализа были выявлены факторы, влияющие на формирование уровня физической активности. Наиболее значимыми, на наш взгляд, являются:

- увеличение учебной нагрузки, которое влияет на занятость школьников и отсутствие свободного времени для занятий спортом;

- кибераддикция, зависимость от виртуального пространства занимает все свободное время детей и подростков и позволяет им чувствовать себя более комфортно в вымышленном пространстве, так как там не надо совершать физических усилий для выполнения различных действий;

- недостаточная материально-техническая обеспеченность общеобразовательных учреждений спортивным оборудованием и спортивными сооружениями, особенно в отдаленных регионах, что, в свою очередь, снижает количество занимающихся физической культурой;

- недостаток мотивационных программ и отсутствие индивидуального подхода по возрастным группам и физическим возможностям школьников. Младшие школьники (1–4 классы) имеют естественную потребность в движении, но сталкиваются с отсутствием структурированных оздоровительных программ вне уроков. У

обучающихся 5-9 классов происходит кризис мотивации и снижается физическая активность из-за возрастающей учебной нагрузки. У старших школьников (10-11 классов) преобладает подготовка к выпускным экзаменам, занятия спортом отходит на второй план.

На основе проведенного анализа предложены рекомендации по улучшению ситуации:

- для повышения роли физической активности необходимо увеличить количество внеурочных занятий спортом через мотивационные программы и соревнования на уровне образовательных учреждений: внедрение подвижных перемен, физкультурно-оздоровительные программ для школьников с акцентом на младшее звено;

- регулярная медицинская диагностика и профилактика заболеваний, особенно заболеваний зрения и опорно-двигательного аппарата, должна проводиться вместе с поликлиниками на базе школы;

- разработка и внедрение программ, направленных на формирование здоровых привычек, особенно для школьников 1-4 классов;

- разработка систем мониторинга и оценки качества физической активности школьников и анализ достигнутых результатов;

- обеспечение возможности для занятий адаптивным спортом, физической культурой и создание условий во всех спортивных комплексах для удобства школьников с ОВЗ.

- организация курсов и тренингов для педагогов по физической культуре с учетом освоения методов работы со школьниками, имеющими проблемы со здоровьем.

Сравнительный анализ уровня физической активности учащихся показал, что ежегодно увеличивается процент детей, имеющих

различные отклонения в показателях здоровья. Все большее количество детей между физической активностью и времяпровождением в виртуальной реальности выбирают второе. На сегодняшний день в действующих оздоровительных программах наблюдается недостаточное внимание к возрастной группе детей 6–10 лет (1–4 классы). Несмотря на высокую значимость формирования основ здорового образа жизни именно в младшем школьном возрасте, специализированные оздоровительные программы, направленные на профилактику заболеваний, развитие физической активности и формирование устойчивых поведенческих установок, практически отсутствуют. Между тем именно в этом возрасте закладываются навыки и привычки, влияющие на физическое и психоэмоциональное здоровье в последующем. Отсутствие оздоровительных программ создает риски невозможности ранней профилактики хронических заболеваний, коррекции нарушений осанки, зрения и двигательной активности, особенно с учётом цифровой нагрузки и снижения уровня естественной подвижности у детей младшего возраста.

Таким образом, проведенное исследование подтвердило актуальность рассматриваемой проблемы и необходимость комплексного подхода к улучшению здоровья и физического развития школьников в Казахстане. Для повышения уровня физической подготовленности учащихся требуется системное вмешательство, направленное на активизацию двигательной активности в школьной среде. Разработка и внедрение специализированных оздоровительных программ для обучающихся 1–4 классов представляется приоритетной задачей в рамках реализации государственной политики в области охраны здоровья и физического воспитания детей.

Список литературы

- 1 Бюро национальной статистики агентства по стратегическому планированию и реформам Республики Казахстан. <https://stat.gov.kz/ru/> (дата обращения 26.05.2025).
- 2 Названо официальное количество детей, проживающих в Казахстане. <https://www.zakon.kz/obshestvo/6436517-nazvano-ofitsialnoe-kolichestvo-detey-prozhivayushchikh-v-kazakhstane.html> (дата обращения 26.05.2025).
- 3 Открытые данные egov. https://data.egov.kz/datasets/view?index=18_zhaska_deiingi_mugedek_bala (дата обращения 26.05.2025).
- 4 Джайнакбаев Н.Т., Оракбай Л.Ж., Алимова Г. Состояние здоровья школьников в условиях внедрения инновационных технологий в общеобразовательных школах г. Алматы // Казахстанско-Российский медицинский университет. - 2022. - №2. - С. 24-28.
- 5 Основные проблемы физического развития у школьников. https://standard.kz/ru/post/2023/10/osnovnye-problemy-fiziceskogo-razvitiya-u-skolnikov?utm_source=chatgpt.com. (дата обращения 24.05.2025).
- 6 Школы, способствующие укреплению здоровья детей https://dknews.kz/ru/dk-life/236052-shkoly-sposobstvuyushchie-ukrepleniyu-zdorovya-detey?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 05.06.2025).
- 7 Национальный центр общественного здравоохранения Министерства здравоохранения Республики Казахстан. <https://hls.kz/ru/bs-front-page> (дата обращения 24.05.2025).

- 8 Национальный отчет. Факторы образа жизни школьников Казахстана, их физическое, психическое здоровье и благополучие. - Текст: электронный // Национальный центр общественного здравоохранения МЗ РК. – URL: https://hls.kz/wp-content/uploads/2023/03/Национальный-отчет-HBSC-Казахстан-2022_010323.pdf (дата обращения 24.05.2025).
- 9 Структура заболеваемости детей и подростков в Республике Казахстан (PDF) Incidence of Morbidity Among Children and Adolescents in Kazakhstan (дата обращения 24.05.2025).
- 10 Казахстанские школьники плохо видят, много нервничают и сутулятся: Минздрав перечислил самые распространенные болезни среди детей. https://kz.kursiv.media/2023-06-01/zhn-r-shkolniki/?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 24.05.2025).
- 11 Абдуалиева Г.Н., Сагымбаева Ж.А. Здоровье школьников Казахстана: проблемы и пути решения // Медицинские науки. - 2021. - №4. – С.38 – 42.
- 12 Тулегенова А.М. Проблемы физической активности школьников Казахстана и её влияние на здоровье // Вестник КазНУ. – 2020. - №3. – С.186-200.
- 13 Бекмурзаев М.А., Бауыржанова Л.И. Социально-экономические факторы и их влияние на здоровье школьников Казахстана // Казахстан в контексте глобализации - 2021. - №6 – С. 69-73.
- 14 Куанышбаев А.С. Психологическое здоровье школьников Казахстана в условиях цифровизации // Психология и образование - 2022. - №1. - С.68-72.
- 15 Нурмухамбетова Ж.Н. Экологические проблемы и здоровье школьников Казахстана // Экология и здоровье - 2020. - №8. - С.31-35.
- 16 Постановление Правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года № 251. Об утверждении Концепции развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023–2029 годы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000251> (дата обращения 28.05.2025)
- 17 Постановление Правительства Республики Казахстан от 23 апреля 2020 года № 242. Об утверждении Комплексного плана по развитию физической культуры и массового спорта на 2020–2025 годы. Обновленный с изменениями на 17.03.2023. https://zakon.uchet.kz/rus/docs/P2000000242?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 07.06.2025).
- 18 Регламент проведения национальной школьной лиги. - Текст электронный // РГКП «Национальный научно-практический центр физической культуры». - URL: <https://nnpcfk.kz/images/pdf-fail/sport-otdel/reglament.pdf> (дата обращения 28.05.2025).
- 19 Национальная школьная лига. <https://koaf.kz/1204-nacionalnaya-shkolnaya-liga.html> (дата обращения 07.06.2025).
- 20 О национальной школьной лиге. <https://www.nnpcfk.kz/index.php/ru/novosti/680-28-12-22> (дата обращения 07.06.2025).
- 21 Стартовала областная школьная лига. <https://pricom.kz/aktualno/startovala-oblastnaya-nacionalnaya-shkolnaya-liga.html> (дата обращения 07.06.2025).
- 22 Закон Республики Казахстан от 27 декабря 2019 года № 293-VI ЗРК. О статусе педагога. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z1900000293> (дата обращения 07.06.2025).
- 23 Программа военно-патриотического кружка «Жас Сарбаз». <https://zatobol2.edu.kz/assets/media/vpk-arystan.pdf> (дата обращения 30.05.2025).
- 24 Руслан Жаксылыков поздравил детско-юношеское движение «Жас сарбаз». https://tengrinews.kz/kazakhstan_news/voenno-patrioticheskiy-lager-jas-sarbaz-otkryl-dveri-detey-320065/ (дата обращения 07.06.2025).
- 25 Положение о деятельности республиканской единой детско-юношеской организации «Жас Ұлан». <https://balkhash.gov.kz/content/view/12/991?lang=ru> (дата обращения 30.05.2025).
- 26 Постановление Правительства Республики Казахстан от 13 ноября 2018 года № 746. Об утверждении Государственной программы развития продуктивной занятости и массового предпринимательства на 2017-2021 годы «Еңбек». https://adilet.zan.kz/rus/docs/P1800000746?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 07.06.2025).
- 27 «Школа здорового питания»: осознанный подход к еде. https://www.standard.kz/ru/post/2024_09_skola-zdorovogo-pitaniia-osoznanniy-podhod-k-ede-235 (дата обращения 30.05.2025).
- 28 В Казахстане 10 лет работает «Школа здорового питания». Что это за проект. https://kz.kursiv.media/2023-10-16/skv-r-nestle/?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 05.06.2025).
- 29 Воспитываем здоровое поколение: республиканская конференция образовательной программы «Школа здорового питания» прошла в Астане. https://yujanka.kz/116946-2/?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 05.06.2025).
- 30 Закон Республики Казахстан от 3 июля 2014 года № 228-V «О физической культуре и спорте» (с изменениями и дополнениями по состоянию на 20.08.2024). https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31576150 (дата обращения 30.05.2025).
- 31 XII летняя Гимназида школьников стартовала в стране. <https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/press/news/details/801309?lang=ru> (дата обращения 30.05.2025).
- 32 В Казахстане стартовала Гимназида школьников. https://dknews.kz/ru/sport/331814-v-kazahstane-startovala-gimnaziada-shkolnikov?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 05.06.2025).
- 33 В Алматы стартовали первые Национальные инклюзивные игры «Жұлдызай». <https://paralympic.kz/ru/press-tsentr/novosti/523-v-almaty-startovali-pervye-natsionalnye-inklyuzivnye-igry-zh-l-dyzaj> (дата обращения 28.05.2025).
- 34 Национальные Инклюзивные Игры «Жұлдызай»: спортивное событие года в Казахстане, объединяющее детей и подростков с инвалидностью. <https://paralympic.kz/ru/press-tsentr/novosti/560-natsionalnye-inklyuzivnye-igry-zhuldyzaj-sportivnoe-sobytye-goda-v-kazahstane-ob-edinyayushchee-detey> (дата обращения 28.05.2025).
- 35 Национальные инклюзивные игры для особенных детей прошли в Астане. https://www.inform.kz/ru/-e0eff0?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 28.05.2025).
- 36 Социальные проекты СПК «Астана»: Мир равных возможностей. <https://astana-sp.kz/en/infocenter/socialnye-proekty-spk-astana-mir-ravnyh-vozmozhnostej> (дата обращения 28.05.2025).

- 37 Постановление Правительства Республики Казахстан от 3 декабря 1997 г. №1678. О Национальном центре проблем формирования здорового образа жизни Министерства образования, культуры и здравоохранения Республики Казахстан. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P970001678> (дата обращения 30.05.2025).
- 38 Национальный отчет «Доля граждан Казахстана, ведущих здоровый образ жизни». – Текст: электронный // Министерство здравоохранения Республики Казахстан Национальный Центр общественного здравоохранения. – URL: <https://hls.kz/wp-content/uploads/2023/04/ОТЧЕТ-ДОЛЯ-граждан-ведущ-ЗОЖ-19.10.2022.pdf> (дата обращения 30.05.2025).
- 39 У каждого пятого школьника проблемы со здоровьем. <https://kapital.kz/gosudarstvo/49569/u-kazhdogo-pyatogo-shkol-nika-problemy-so-zdorov-> (дата обращения 30.05.2025).
- 40 Физическая активность школьников в Казахстане. https://bala.stat.gov.kz/dinamika-osnovnyh-pokazatelej-ohvata-obrazovaniem?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 06.06.2025).
- 41 Почти 11 % школ в Казахстане не имеют спортзалов. https://kz.kursiv.media/2021-05-12/pochti/?utm_source=chatgpt.com (дата обращения 10.06.2025).
- 42 В приоритет – качественное воспитание. <https://zhaikpress.kz/ru/news/v-prioritet-kachestvennoe> (дата обращения 10.06.2025).

References

- 1 Bjuro nacional'noj statistiki agentstva po strategicheskemu planirovaniju i reformam Respubliki Kazahstan. <https://stat.gov.kz/ru/> (data obrashhenija 26.05.2025).
- 2 Nazvano oficial'noe kolichestvo detej, prozhivajushhih v Kazahstane. <https://www.zakon.kz/obshestvo/6436517-nazvano-ofitsialnoe-kolichestvo-detey-prozhivayushchikh-v-kazahstane.html> (data obrashhenija 26.05.2025).
- 3 Otkrytye dannye egov. https://data.egov.kz/datasets/view?index=18_zhaska_deingi_mugedek_bala (data obrashhenija 26.05.2025).
- 4 Dzhajnakbaev N.T., Orakbaj L.Zh., Alimova G. Sostojanie zdorov'ja shkol'nikov v uslovijah vnedrenija innovacionnyh tehnologij v obshheobrazovatel'nyh shkolah g. Almaty // Kazahstansko-Rossijskoj medicinskij universitet. - 2022. - №2. - S. 24-28.
- 5 Osnovnye problemy fizicheskogo razvitiya u shkol'nikov. https://standard.kz/ru/post/2023/10/osnovnye-problemy-fiziceskogo-razvitiya-u-skolnikov?utm_source=chatgpt.com. (data obrashhenija 24.05.2025).
- 6 Shkoly, sposobstvujushhie ukrepleniju zdorov'ja detej https://dknews.kz/ru/dk-life/236052-shkoly-sposobstvuyushchie-ukrepleniju-zdorovya-detey?utm_source=chatgpt.com (data obrashhenija 05.06.2025).
- 7 Nacional'nyj centr obshhestvennogo zdravoohraneniya Ministerstva zdravoohraneniya Respubliki Kazahstan. <https://hls.kz/ru/bs-front-page> (data obrashhenija 24.05.2025).
- 8 Nacional'nyj otchet. Faktory obraza zhizni shkol'nikov Kazahstana, ih fizicheskoe, psihicheskoe zdorov'e i blagopoluchie. - Tekst: jelektronnyj // Nacional'nyj centr obshhestvennogo zdravoohraneniya MZ RK. – URL: https://hls.kz/wp-content/uploads/2023/03/Nacional'nyj-otchet-HBSC-Kazahstan-2022_010323.pdf (data obrashhenija 24.05.2025).
- 9 Struktura zaboлеваemosti detej i podrostkov v Respublike Kazahstan (PDF) Incidence of Morbidity Among Children and Adolescents in Kazakhstan (data obrashhenija 24.05.2025).
- 10 Kazahstanskije shkol'niki ploho vidjat, mnogo nervnichajut i sutuljatsja: Minzdrav perechislil samye rasprostranennye bolezni sredi detej. https://kz.kursiv.media/2023-06-01/zhn-rshkolniki/?utm_source=chatgpt.com (data obrashhenija 24.05.2025).
- 11 Abdualieva G.N., Sagymbaeva Zh.A. Zdorov'e shkol'nikov Kazahstana: problemy i puti reshenija // Medicinskie nauki. - 2021. - №4. - S.38 – 42.
- 12 Tulegenova A.M. Problemy fizicheskogo aktivnosti shkol'nikov Kazahstana i ejo vlijanie na zdorov'e // Vestnik KazNU. – 2020. - №3. - S.186-200.
- 13 Bekmurzaev M.A., Bauyrzhanova L.I. Social'no-jekonomicheskie faktory i ih vlijanie na zdorov'e shkol'nikov Kazahstana // Kazahstan v kontekste globalizacii - 2021. - №6 – S. 69-73.
- 14 Kuanyshbaev A.S. Psihologicheskoe zdorov'e shkol'nikov Kazahstana v uslovijah cifrovizacii // Psihologija i obrazovanie - 2022. - №1. - S.68-72.
- 15 Nurmuhambetova Zh.N. Jekologicheskie problemy i zdorov'e shkol'nikov Kazahstana // Jekologija i zdorov'e - 2020. - №8. - S.31-35.
- 16 Postanovlenie Pravitel'stva Respubliki Kazahstan ot 28 marta 2023 goda № 251. Ob utverzhdenii Konceptii razvitiya fizicheskogo kul'tury i sporta Respubliki Kazahstan na 2023–2029 gody. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000251> (data obrashhenija 28.05.2025)
- 17 Postanovlenie Pravitel'stva Respubliki Kazahstan ot 23 aprelja 2020 goda № 242. Ob utverzhdenii Kompleksnogo plana po razvitiyu fizicheskogo kul'tury i massovogo sporta na 2020–2025 gody. Obnovlennyj s izmenenijami na 17.03.2023. https://zakon.uchet.kz/rus/docs/P2000000242?utm_source=chatgpt.com (data obrashhenija 07.06.2025).
- 18 Reglament provedeniya nacional'noj shkol'noj ligi. - Tekst jelektronnyj // RGKP «Nacional'nyj nauchno-prakticheskij centr fizicheskogo kul'tury». - URL:<https://nnpcfk.kz/images/pdf-fail/sport-otdel/reglament.pdf> (data obrashhenija 28.05.2025).
- 19 Nacional'naja shkol'naja liga. <https://koaf.kz/1204-nacionalnaya-shkolnaya-liga.html> (data obrashhenija 07.06.2025).
- 20 O nacional'noj shkol'noj lige. <https://www.nnpcfk.kz/index.php/ru/novosti/680-28-12-22> (data obrashhenija 07.06.2025).
- 21 Startoval oblastnaja shkol'naja liga. <https://pricom.kz/aktualno/startovala-oblastnaya-nacionalnaya-shkolnaya-liga.html> (data obrashhenija 07.06.2025).
- 22 Zakon Respubliki Kazahstan ot 27 dekabrja 2019 goda № 293-VI ZRK. O statute pedagoga. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z1900000293> (data obrashhenija 07.06.2025).

- 23 Programma voenno-patrioticheskogo kruzhka «Zhas Sarbaz». <https://zatobol2.edu.kz/assets/media/vpk-arystan.pdf> (data obrashheniya 30.05.2025).
- 24 Ruslan Zhaksylykov pozdravil detsko-junosheskoe dvizhenie «Zhas sarbaz». https://tengrinews.kz/kazakhstan_news/voenno-patrioticheskiy-lager-jas-sarbaz-otkryil-dveri-detey-320065/ (data obrashheniya 07.06.2025).
- 25 Polozhenie o dejatel'nosti respublikanskoj edinoj detsko-junosheskoj organizacii «Zhas Ylan». <https://balkhash.goo.kz/content/view/12/991?lang=ru> (data obrashheniya 30.05.2025).
- 26 Postanovlenie Pravitel'stva Respubliki Kazahstan ot 13 nojabrja 2018 goda № 746. Ob utverzhenii Gosudarstvennoj programmy razvitiya produktivnoj zanjatosti i massovogo predprinimatel'stva na 2017-2021 gody «Eñbek». https://adilet.zan.kz/rus/docs/P1800000746?utm_source=chatgpt.com (data obrashheniya 07.06.2025).
- 27 «Shkola zdorovogo pitaniya»: osoznannyj podhod k ede. https://www.standard.kz/ru/post/2024_09_skola-zdorovogo-pitaniia-osoznannyi-podxod-k-edo-235 (data obrashheniya 30.05.2025).
- 28 V Kazahstane 10 let rabotaet «Shkola zdorovogo pitaniya». Chto jeto za proekt. https://kz.kursiv.media/2023-10-16/skvr-nestle/?utm_source=chatgpt.com (data obrashheniya 05.06.2025).
- 29 Vospityvaem zdorovoe pokolenie: respublikanskaja konferencija obrazovatel'noj programmy «Shkola zdorovogo pitaniya» proshla v Astane. https://yujanka.kz/116946-2/?utm_source=chatgpt.com (data obrashheniya 05.06.2025).
- 30 Zakon Respubliki Kazahstan ot 3 ijulja 2014 goda № 228-V «O fizicheskoj kul'ture i sporte» (s izmenenijami i dopolnenijami po sostojaniju na 20.08.2024). https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31576150 (data obrashheniya 30.05.2025).
- 31 XII letnjaja Gimnaziada shkol'nikov startovala v strane. <https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/press/news/details/801309?lang=ru> (data obrashheniya 30.05.2025).
- 32 V Kazahstane startovala Gimnaziada shkol'nikov. https://dknews.kz/ru/sport/331814-v-kazahstane-startovala-gimnaziada-shkolnikov?utm_source=chatgpt.com (data obrashheniya 05.06.2025).
- 33 V Almaty startovali pervye Nacional'nye inkljuzivnye igry «Zhıldyzaj». <https://paralympic.kz/ru/press-tsentr/novosti/523-v-almaty-startovali-pervye-natsionalnye-inkluzivnye-igry-zh-ldyzaj> (data obrashheniya 28.05.2025).
- 34 Nacional'nye Inkljuzivnye Igry «Zhuldyzaj»: sportivnoe sobytie goda v Kazahstane, ob#edinjajushhee detej i podrostkov s invalidnost'ju. <https://paralympic.kz/ru/press-tsentr/novosti/560-natsionalnye-inkluzivnye-igry-zhuldyzaj-sportivnoe-sobytie-goda-v-kazahstane-ob-edinyayushchee-detey> (data obrashheniya 28.05.2025).
- 35 Nacional'nye inkljuzivnye igry dlja osobennyh detej proshli v Astane. https://www.inform.kz/ru/-e0eff0?utm_source=chatgpt.com (data obrashheniya 28.05.2025).
- 36 Social'nye proekty SPK «Astana»: Mir ravnyh vozmozhnostej. <https://astana-sp.kz/en/infocenter/socialnye-proekty-sp-k-astana-mir-ravnyh-vozmozhnostej> (data obrashheniya 28.05.2025).
- 37 Postanovlenie Pravitel'stva Respubliki Kazahstan ot 3 dekabrja 1997 g. №1678. O Nacional'nom centre problem formirovaniya zdorovogo obraza zhizni Ministerstva obrazovaniya, kul'tury i zdavoohraneniya Respubliki Kazahstan. [https://adilet.zan.kz/rus/docs/P970001678_\(data obrashheniya 30.05.2025\).](https://adilet.zan.kz/rus/docs/P970001678_(data obrashheniya 30.05.2025).)
- 38 Nacional'nyj otchet «Dolja grazhdan Kazahstana, vedushhih zdorovyj obraz zhizni». – Tekst: jelektronnyj // Ministerstvo zdavoohraneniya Respubliki Kazahstan Nacional'nyj Centr obshhestvennogo zdavoohraneniya. – URL: <https://hls.kz/wp-content/uploads/2023/04/OTChET-DOLJa-grazhdan-vedushh-ZOZh-19.10.2022.pdf> (data obrashheniya 30.05.2025).
- 39 U kazhdogo pjatogo shkol'nika problemy so zdorov'em. <https://kapital.kz/gosudarstvo/49569/u-kazhdogo-pyatogo-shkol-nika-problemy-so-zdorov-> (data obrashheniya 30.05.2025).
- 40 Fizicheskaja aktivnost' shkol'nikov v Kazahstane. https://bala.stat.gov.kz/dinamika-osnovnyh-pokazatelej-ohvata-obrazovaniem?utm_source=chatgpt.com (data obrashheniya 06.06.2025).
- 41 Pochti 11 % shkol v Kazahstane ne imejut sportzalov. https://kz.kursiv.media/2021-05-12/pochti/?utm_source=chatgpt.com (data obrashheniya 10.06.2025).
- 42 V prioritet – kachestvennoe vospitanie. <https://zhaikpress.kz/ru/news/v-prioritet-kachestvennoe> (data obrashheniya 10.06.2025).

Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)	Автор для корреспонденции (первый автор)	The Author for Correspondence (The First Author)
Кефер Наталья Эгоновна – докторант, «Васил Левски» Ұлттық спорт академиясы, София, Болгария, e-mail: natakafer@mail.ru ORCID: https://orcid.org/0000-0002-4774-8644	Кефер Наталья Эгоновна – докторант, Национальная спортивная академия «Васил Левски», София, Болгария, e-mail: natakafer@mail.ru ORCID: https://orcid.org/0000-0002-4774-8644	Kefer Natalia Egonovna - PhD student, National Sports Academy «Vassil Levski», Sofia, Bulgaria, e-mail: natakafer@mail.ru ORCID: https://orcid.org/0000-0002-4774-8644

Дата поступления статьи: 02.06.2025

Дата принятия к публикации: 17.06.2025