

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ
МИНИСТРЛІГІ
Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ
ЖОҒАРЫ БІЛІМ МЕКТЕБІ
ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ЖӘНЕ СПОРТ КАФЕДРАСЫ**

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ОҚУ-АҒАРТУ МИНИСТРЛІГІНІҢ
«ҰЛТТЫҚ ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ОРТАЛЫҒЫ» РМҚК**

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ
КАЗАХСТАН
ЕВРАЗИЙСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Л.Н.ГУМИЛЕВА
ВЫСШАЯ ШКОЛА ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**РГКП «НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ» МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН**



**БАЛАЛАР МЕН ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ ДЕНСАУЛЫҒЫН
МОНИТОРИНГІЛЕУДІҢ ИННОВАЦИЯЛЫҚ ТӘСІЛДЕРІ: ҚИЫНДЫҚТАР,
ШЕШІМДЕР ЖӘНЕ ПЕРСПЕКТИВАЛАР**

**Халықаралық ғылыми-тәжірибелік конференция
материалдарының жинақтары**

27 мамыр 2025 жыл

**ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К МОНИТОРИНГУ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И
ПОДРОСТКОВ: ВЫЗОВЫ, РЕШЕНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ**

**Сборник материалов
международной научно-практической конференции**

27 мая 2025 года

Астана, 2025

УДК 613.955
ББК 51.28
Б22

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ КОМИТЕТ
международной научно-практической конференции «Инновационные подходы к мониторингу здоровья детей и подростков: вызовы, решения и перспективы»

Председатель:

Отаралы С.Ж. – PhD кафедры физической культуры и спорта Евразийского национального университета имени Л.Н.Гумилева

Заместитель председателя:

Тунгышмуратова Л.С. – магистр, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта Евразийского национального университета имени Л.Н.Гумилева

Члены оргкомитета:

Марчибаева У.С. – к.п.н., доцент кафедры физической культуры и спорта Евразийского национального университета имени Л.Н.Гумилева

Салиева А.Ж. – к.п.н., доцент, заведующий кафедрой физической культуры и спорта Евразийского национального университета имени Л.Н.Гумилева

Аликей А. – магистр, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта Евразийского национального университета имени Л.Н.Гумилева

Люфт М. – магистрант, кафедры физической культуры и спорта Евразийского национального университета имени Л.Н.Гумилева

Ерданова Г. – PhD, старший преподаватель Казахской Академии спорта и туризма

Сайдагали Д.С. – магистр, Казахский национальный университет им. аль-Фараби

«Балалар мен жасөспірімдердің денсаулығын мониторингілеудің инновациялық тәсілдері: қиындықтар, шешімдер және перспективалар» ғыл. - тәжіриб. конф. жинақтары. «Инновационные подходы к мониторингу здоровья детей и подростков: вызовы, решения и перспективы»: материалы межд. науч. - практ. конф. - Астана, ЕНУ имени Л.Н.Гумилева, 2025.- 74 стр.

ISBN 978-601-385-111-2

В сборнике международной научно-практической конференции «Инновационные подходы к мониторингу здоровья детей и подростков: вызовы, решения и перспективы» (в рамках реализации научного проекта грант № АР 19677800 «Мониторинг физического здоровья детей и подростков: модификация национальных измерительных инструментов» КН МНВО РК), представлены доклады участников и научные статьи ученых, магистрантов, докторантов, молодых ученых, практиков по актуальным вопросам мониторинга физического здоровья детей и подростков.

© Отаралы С.Б., Марчибаева У.С., Салиева А.Ж.,
Аликей А., Тунгышмуратова Л.С., Люфт М.,
Ерданова Г., Сайдагали Д.С., 2025

СОДЕРЖАНИЕ

Пленарное заседание		Стр.
1	Приветствие участников конференции Директора Высшей школы образования ЕНУ имени Л.Н.Гумилева - Сомжүрек Баубек Жұмашұлы	6
2	Приветственное слово Генерального директора Национального научно-практического центра физической культуры Министерства Просвещения РК - Таиметова Армана Бахытжановича	6-7
Секционное заседание		
Секция 1. Балалар мен жасөспірімдердің физикалық денсаулығы: қазіргі заманғы қиындықтар мен перспективалар		
Секция 1. Физическое здоровье детей и подростков: вызовы современности и перспективы		
3	B. Dauletov, F. Sobirjonov MODERN TRENDS IN DESIGNING THE ANNUAL TRAINING CYCLE IN CYCLIC SPORTS	8-11
4	B. Dauletov RATIONAL DISTRIBUTION OF TRAINING LOADS BY INTENSITY ZONES FOR KAYAK AND CANOE PADDLERS	15-20
5	Аликей А., Потенлюнене С.В., Отаралы С.Ж., Андрущишин И.Ф., Сайдағали Д. ПОРЯДОК ОПРЕДЕЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ УЧАЩИХСЯ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОГРАММАМ НАЧАЛЬНОГО, ОСНОВНОГО И СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ ЛИТВА	21-26
6	Аликей А., Отаралы С.Ж., Салиева А.Ж., Тунгышмұратова Л.С., Люфт М. В. СИСТЕМЫ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В СТРАНАХ БЛИЖНЕГО И ДАЛЬНЕГО ЗАРУБЕЖЬЯ	27-31
7	Анарбаев А.К., Анарбаева Д. А. ПРОБЛЕМА ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ	26-30
8	Анарбаев А.К., Анарбаев М. А. ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ БОРЦОВ	31-35
9	Балгимбеков Ш.А. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА	35-37
10	Балгимбеков Ш.А. ЖАСӨСПІРІМ СПОРТШЫ ҚЫЗДАРДЫҢ ВЕГЕТАТИВТІК ЖҮЙКЕ ЖҮЙЕСІНІҢ ФУНКЦИОНАЛДЫҚ ЖАҒДАЙЫН БАҒАЛАУ	37-40
11	Ботағариев Т.А., Кубиева С.С., Тахауиева У. А. ПРИЧИНЫ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИЕ СТЕПЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ УЧАЩИХСЯ СРЕДНЕГО ЗВЕНА ШКОЛЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ТИПА	41-45
12	Ижанов Ж.Т., Сейсенбеков Е.К., Бисариев И.Б., Рукасов О.Н. ФУТБОЛ ҮЙРМЕСІ УАҚЫТЫНДАҒЫ БОДИФЛЕКСПЕН АЙНАЛЫСУ КЕЗІНДЕ БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ АҒЗАСЫНА	45-48

	ДИАФРАГМАЛЫҚ ТЫНЫС АЛУ ӨДІСТЕМЕСІН ҚОЛДАНУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ	
13	Женсеханов А.М., Саматова К.Т. НАЦИОНАЛЬНЫЕ СИСТЕМЫ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ: ВЫЗОВЫ И СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К РЕШЕНИЮ В КАЗАХСТАНЕ	48-51
14	Марчибаева У.С., Салиева А.Ж., Тунғышмұратова Л.С., Моисеева Н.А., Темирова А.К. МЕТОДОЛОГИЯ ОЦЕНКИ И ТЕСТИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ: К РАЗРАБОТКЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ	51-55
15	Мейрханова З.Д. ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ САБАҒЫНДА ОҚУШЫЛАРДЫҢ ҮЛГЕРІМІН БАҒАЛАУДЫҢ НЕГІЗГІ КОМПОНЕТТЕРІ	55-59
16	Мухамбет Ж.С., Абылайханова А.Н. ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ПОДГОТОВКИ КАЗАХСТАНСКИХ КЁРЛИНГИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ К МЕЖДУНАРОДНЫМ СОРЕВНОВАНИЯМ	59-62
17	Мырзаев М.О., Ибраев Е.Г., Мамыркулов Р.К., Жалел А. ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ РАННЕЙ ДИАГНОСТИКИ ТРЕВОЖНЫХ И ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ У СТУДЕНТОВ	62-64
18	Сарсекеев Г.М., Төребаев Б., Айткалиева Ұ.З., Төлегенов Е.Қ. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ В КАЗАХСТАНЕ	64-68
19	Серикбаев Б.Т. БАЛАЛАР МЕН ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ ФИЗИКАЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҒЫ: ҚАЗІРГІ ЗАМАНҒЫ ҚИЫНДЫҚТАР МЕН ПЕРСПЕКТИВАЛАР	68-70
20	Сирлибаев М.К., Жапарова Б.М., Аяпбергенова Г.С. БОЛАШАҚ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МҰҒАЛІМДЕРІМЕН ӨЗАРА ӘРЕКЕТТЕСУ ЖАҒДАЙЫНДА БІЛІМ БЕРУ ҰЙЫМЫНЫҢ БІЛІМ АЛУШЫЛАРЫНЫҢ ЖЕКЕ БАСЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ	70-74
21	Срымов Р.М. СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД К ОТСЛЕЖИВАНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ – ВАЖНЫЙ ШАГ НА ПУТИ К ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ	74-77
22	Сұлтанов Б.Е., Мұхамбет Ж.С. ВЛИЯНИЕ СОТРУДНИЧЕСТВА С ТРЕНЕРОМ НА КАРЬЕРУ И ДОСТИЖЕНИЕ СПОРТСМЕНА	77-80
23	Суярова А.И., Болдырева А.О. СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВОЙ ЭПОХИ	80-83
24	Суярова А.И., Болдырева А.О., Сайдағали Д.С., Мадиева Г.Б. СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ УЗБЕКИСТАНА	83-87
25	Танаев Қ.Т., Мамыркулов К.К. ВОЛЕЙБОЛДАҒЫ СПОРТТЫҚ ЖАТТЫҒУЛАРДЫҢ ЗАҢДЫЛЫҚТАРЫ	87-89

26	Танаев Қ.Т., Мамыркулов К.К. ҚАЗІРГІ ҚОҒАМ ӨМІРІНДЕГІ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МЕН СПОРТТЫҢ РӨЛІ	90-93
27	Танаев Қ.Т., Қожаскелді М.М. СПОРТ ПЕДАГОГИКАСЫ ҒЫЛЫМИ БІЛІМ ЖҮЙЕСІНДЕ	93-96
28	Тасболат Ж., Бөжиг Ж. ФУТБОЛДАҒЫ СПОРТТЫҚ ІРІКТЕУДІҢ ТИІМДІЛІГІН АРТТЫРУ	96-104
29	Ташкеев Д.С., Ключкина Е.И., Лиховец И.И., Волков О.А. СТРАТЕГИИ ВОВЛЕЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ 1 И 2 КУРСОВ НА ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	104-111
30	Темиргалиева С.Е., Усина Ж.А., Куватов А.Ж., Айгужинова Г.З., Ерофеева Р.Ж. ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАРДЫҢ МЕКТЕП ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРДЫҢ АДАМГЕРШІЛІК-ЕРІКТІК ҚАСИЕТТЕРІН ҚАЛЫПТАСТЫРУҒА ӘСЕРІ	111-116
31	Төлегенов А.И., Сейданова А.Д. ҚАЗАҚ КҮРЕСІНІҢ ТАРИХЫ МЕН ХХІ ҒАСЫРДАҒЫ МӨРТЕБЕСІ	116-120
32	Усина Ж.А., Усин Г.А., Усин К.А., Усина А.А. ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В КАЗАХСТАНЕ: ВЫЗОВЫ СОВРЕМЕННОСТИ И ПЕРСПЕКТИВЫ	120-123

- специализированного технического контроля были снижены вариативность бросков и свиппинга.

- подхода к периодизации тренировочного процесса – подобрано оптимальное соотношение нагрузки и восстановления.

- интеграции психологических и физиотерапевтических средств – повышение устойчивости к соревновательному стрессу и восстановлению.

Дальнейшая реализация данной методики может обеспечить национальной сборной РК по кёрлингу конкурентоспособность в рамках Азиатской лиги и зимних Азиатских и Олимпийских игр.

Список использованных источников:

1. Белкин А. А. Идеомоторная тренировка как средство подготовки спортсмена. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 168 с.
2. Jones P., Taylor M. High Performance Training in Curling. International Journal of Sports Science. Vol. 8, No 3, 2018. – pp. 214–223.
3. MacDonald D. Curling: Strategy & Tactics. Winnipeg: Sports Publications, 2009. – 224 p.
4. World Curling Federation. Coaching Guide: Home Edition. Perth: WCF, 2020. – 48 p.
5. Song M., Zhao Q., Du C., Zhou C., Li R. The relationship between the accuracy of curling athletes' duration judgment and delivery performance // PeerJ. 2022. Vol. 10: e13541. DOI:10.7717/peerj.13541
6. Zacharias E., Robak N., Passmore S. An examination of studies related to the sport of curling: a scoping review // Frontiers in Sports and Active Living. 2024. Vol 6: 1291241. DOI:10.3389/fspor.2024.1291241

ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ РАННЕЙ ДИАГНОСТИКИ ТРЕВОЖНЫХ И ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ У СТУДЕНТОВ

Мырзаев Мелекша Османович

Доцент, ЕНУ им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан

Ибраев Ергазы Гапизович

Ergazy1201@mail.ru

Старший преподаватель, ЕНУ им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан

Мамыркулов Рахат Кудабеевич

Kuanush.rahmat1976@mail.ru

Старший преподаватель, ЕНУ им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан

Жалел Али

Zhalel.ali.phd114@mail.ru

PhD, старший преподаватель, и.о. доцента ЕНУ им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан

Аннотация

В статье рассматриваются современные инновационные методы ранней диагностики тревожных и депрессивных состояний у студентов вуза. Обоснована актуальность внедрения цифровых технологий в образовательную среду с целью своевременного выявления психоэмоциональных нарушений. Приводятся результаты пилотного исследования с применением мобильных приложений, опросников и ИИ-аналитики. Подчёркивается необходимость мультидисциплинарного подхода и дальнейшего развития системы психопрофилактики в вузах. [1].

Ключевые слова: тревожность, депрессия, студенты, ранняя диагностика, цифровые технологии, психическое здоровье, вуз

Введение

Современные студенты находятся в условиях повышенной учебной нагрузки, социальной нестабильности и неопределённости профессионального будущего. Эти факторы могут провоцировать развитие тревожных и депрессивных состояний, что негативно сказывается на успеваемости, межличностных отношениях и общем психофизиологическом состоянии.

По данным ВОЗ, более 30% студентов по всему миру испытывают признаки тревожности и депрессии, однако лишь немногие получают профессиональную помощь.

Это обусловлено как стигматизацией, так и недостаточной доступностью диагностических инструментов.

В связи с этим возрастает роль инновационных цифровых методов, позволяющих осуществлять раннюю диагностику и профилактику психоэмоциональных нарушений[2].

Цель исследования

Выявить эффективность и возможности применения инновационных методов для ранней диагностики тревожных и депрессивных состояний у студентов вузов.

Задачи исследования

1. Проанализировать существующие инновационные инструменты диагностики тревожности и депрессии.
2. Провести пилотное исследование с использованием цифровых и биометрических методов.
3. Сравнить результаты инновационной диагностики с традиционными психометрическими методиками.
4. Определить перспективы интеграции этих методов в образовательную среду вуза.

Гипотеза исследования

Применение инновационных цифровых и биометрических методов позволяет выявить признаки тревожных и депрессивных состояний у студентов вузов на более ранних стадиях, чем традиционные психологические опросники.

Методы и организация исследования

Исследование проводилось на базе университета ЕНУ им.Л.Н.Гумилева в течение 3 месяцев. В выборку вошли 60 студентов 2–3 курсов (30 юношей и 30 девушек). Были использованы следующие методы:

-Цифровые инструменты: приложение *Moodpath* (опросник GAD-7, PHQ-9), чат-бот Woebot.

-Биометрические показатели: пульсометр и анализ вариабельности сердечного ритма (HRV) в состоянии покоя и при выполнении когнитивных задач.

-Традиционные методы: тест Бека на депрессию, шкала тревожности Спилбергера.

-Методы анализа: статистическая обработка результатов, сравнительный анализ, корреляционный анализ между цифровыми и традиционными методами.

Результаты эксперимента

-Признаки тревожности по шкале GAD-7 (через мобильное приложение) выявлены у 46,6% студентов.

-Приложение *Moodpath* обнаружило признаки лёгкой и умеренной депрессии у 38% испытуемых.

-Биометрические показатели (пониженная вариабельность сердечного ритма и учащённый пульс) коррелировали с результатами цифровой диагностики ($r = 0,68$).

-Традиционные методики показали тревожность у 40% и депрессию — у 30%, что говорит о высокой сходимости, но меньшей чувствительности по сравнению с цифровыми решениями.

-В 20% случаев тревожные признаки выявлялись только через приложение, тогда как классические тесты не фиксировали изменений.

Выводы

1. Цифровые методы диагностики обладают высокой чувствительностью и позволяют зафиксировать начальные стадии тревожных и депрессивных расстройств.
2. Биометрические данные усиливают достоверность диагностики и могут применяться как объективный показатель.
3. Существует значимая корреляция между результатами мобильных приложений и классических опросников.
4. Использование цифровых методов возможно в массовом формате благодаря доступности и интерактивности.

Инновационные методы диагностики, основанные на мобильных технологиях и биометрии, могут эффективно использоваться в рамках психолого-педагогического сопровождения студентов. Они позволяют своевременно выявить эмоциональные расстройства и направить студентов к специалистам. Внедрение таких подходов требует этического регулирования, подготовки специалистов и создания безопасной цифровой среды в вузах. Будущее профилактики психоэмоциональных нарушений за персонализированными, цифровыми и этически обоснованными решениями, интегрированными в систему образования.

Список использованных источников

1. Бек А. Когнитивная терапия и эмоциональные расстройства. – СПб.: Питер, 2021.
2. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ). Психическое здоровье подростков и студентов. – 2022.
3. Spitzer R.L., Kroenke K., Williams J.B.W., Löwe B. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, 2006.
4. Hunkin H., King D. et al. Mobile mental health apps in higher education: A systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 2023.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ В КАЗАХСТАНЕ

Сарсекеев Габит Махметович

sarsekeev_g@mail.ru

Ассоциированный профессор KazNARU, Алматы, Казахстан

Төребаев Бауыржан

tkd_baur@mail.ru

Ассоциированный профессор Атырауского Университета им. Х. Досмухамедова

Айткалиева Ұлдай Зиноплақызы

Ulday81@mail.ru

Сеньор-лектор Атырауского Университета им. Х. Досмухамедова

Төлегенов Еркін Қалимұлы

Ertul.1961@mail.ru

Старший преподаватель Атырауского Университета им. Х. Досмухамедова

Здоровье подрастающего поколения является главной опорой любого государства [1]. Здоровье — это самое ценное в человеке. Здоровье складывается из многих факторов. Как в советские времена проговаривали «солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».

Естественно здоровье зависит не только от вышеназванных факторов, но и правильного питания, оптимальной двигательной активности, экологии,