

ҚОҒАМДЫҚ ДЕНСАУЛЫҚ
САҚТАУ ҰЛТТЫҚ
ОРТАЛЫҒЫ ҚР ДСМ



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ МЗ РК

**Роль школ, способствующих
укреплению здоровья, в
формировании здоровья
школьников в Республике
Казахстан**

Что такое здоровье?

- ▶ Здоровье – состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не просто отсутствие болезни или физических дефектов (ВОЗ 1948);
 - ▶ К новым рамкам здоровья: Здоровье, как способность адаптироваться и оказывать себе помощь (Huber et al, 2011).



1. **Функционирование организма** (вкл., самочувствие, фитнес, боль, сон)
 2. **Ментальные функции** (вкл., концентрация внимания, эмоциональное состояние, самовосприятие)
 3. **Духовность и жизненность** (вкл., жизненность, планы на будущее, принятие)
 4. **Качество жизни** (вкл., счастье, баланс, воспринимаемое здоровье)
 5. **Социальное и общественное участие** (вкл., социальные навыки, связи, поддержка, вовлечение)
 6. **Ежедневное функционирование** (вкл., уход за собой, информированность о здоровье, возможность работать)
-



Анализ заболеваемости детей школьного возраста

- ▶ По данным COSI, **20,6%** детей страдают избыточным весом или ожирением, а **6,6%** детей имеют ожирение. Среди мальчиков намного чаще выявлена избыточная масса тела (**23,6%**) и ожирение (**8,7%**), по сравнению с девочками (**17,6%** и **4,6%** соответственно);
- ▶ Заболеваемость сахарным диабетом среди детей до 15 лет в Казахстане за период с 2015 по 2019 годы увеличился на **45,3%**, показатель на 100 тыс. населения **с 172,7 до 251**, при этом увеличивается показатель заболеваемости как СД 1 типа на **44,3%**, так и СД 2 типа **44%**;
- ▶ Распространенность кариеса среди детского населения в республике составляет **76%**, а в ряде сельских регионов эта цифра достигает **98%**;
- ▶ Исследования, проведенные институтом КазНИИ глазных болезней, показали, что **33%** казахстанских школьников выпускного класса имеют патологию органа зрения. 15 лет назад эта цифра была около **22%**;
- ▶ По итогам 2020 г. выявлено **79 027** детей с эндокринными заболеваниями, расстройствами питания и нарушения обмена веществ, **321 161** с болезнями нервной системы, **21 969** с болезнями системы кровообращения;
- ▶ По РК на 1000 осмотренных детей 0-14 лет в 2019 году было выявлено **2,4** ребенка с нарушением осанки и **1,9** детей со сколиозом, в 2018 году на 1000 осмотренных детей 0-14 лет было выявлено **2,2** детей с нарушением осанки и **2,0** – со сколиозом.



Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья

- ▶ По данным Национального исследования по изучению поведения школьников в отношении здоровья и благополучия (HBSC):
- ▶ Рекомендованные уровни физической активности выявлены среди **34 %** детей и подростков. Данный показатель снижается с возрастом, что особенно значимо для 15 летних девочек, среди которых только **27 %** ежедневно физически активны не менее 60 минут. В целом, мальчики ежедневно физически активнее.
- ▶ **52 %** мальчиков и значительно меньше девочек (**36%**) 4-6 раз в неделю занимаются физической активностью высокой интенсивности.
- ▶ Два часа и более в будний день проводят перед телеэкранами **46%** школьников, подобное малоподвижное поведение увеличивается с возрастом. Мальчики 11-13 лет чаще проводят время у телевизоров, а к 15 годам различия по полу сокращаются.
- ▶ Времяпровождение за компьютерными играми два часа и более в будний день наиболее популярно среди мальчиков (**33%**).
- ▶ Ежедневная физическая активность не менее 60 минут для мальчиков и девочек, а также ограничение времени просмотра экранов телевизоров и других устройств среди девочек способствуют хорошему психическому благополучию подростков Казахстана



Определение Школы, содействующие укреплению здоровья (ШСУЗ):

- Содействие укреплению здоровья в условиях школы - это любая деятельность, направленная на улучшение и / или сохранение здоровья всего школьного сообщества.
- школы, исполняющие структурированный и комплексный план в целях здоровья и благополучия всех учеников, учителей и неучительского персонала



Общешкольный подход к здоровью

- ▶ Политика здоровых школы
- ▶ Физическая школьная среда
- ▶ Социальная школьная среда
- ▶ Навыки в отношении здоровья и образование
- ▶ Связи с сообществом и родителями
- ▶ Услуги (школьной) медицины



Отношение между :



хорошим здоровьем



достижениями в учебе



завершением учебы



Сеть ШСУЗ –

- ▶ 45 страны участницы в Европейском регионе
 - ▶ Национальные и региональные координаторы и Исследовательская группа SHE Research Group
 - ▶ Сеть ВОЗ с 1992 года
 - ▶ Внедрение проекта ШСУЗ включен в Национальный проект «Здоровая Нация» на 2021-2025 гг. (Направление 4. Выбор людей в пользу здоровья).
-



Международный опыт

Школы, способствующие укреплению здоровья и профилактике неинфекционных заболеваний (НИЗ) - реализуют структурированный и систематичный план по вопросам здоровья и благополучия всех учеников, педагогического и не педагогического штата

Основной подход в стратегии

Профилактический с развитием физической активности и навыков по сохранению здоровья школьников

Распространенность здоровых школ в Европе

- 34.000 здоровых школ в Европе: Шотландия, Уэльс, Португалия -100%;
- Словения - 50%; Литва, Россия -20 %; Польша, Хорватия, Австрия - 2 - 10%;
- Казахстан – около 16%;

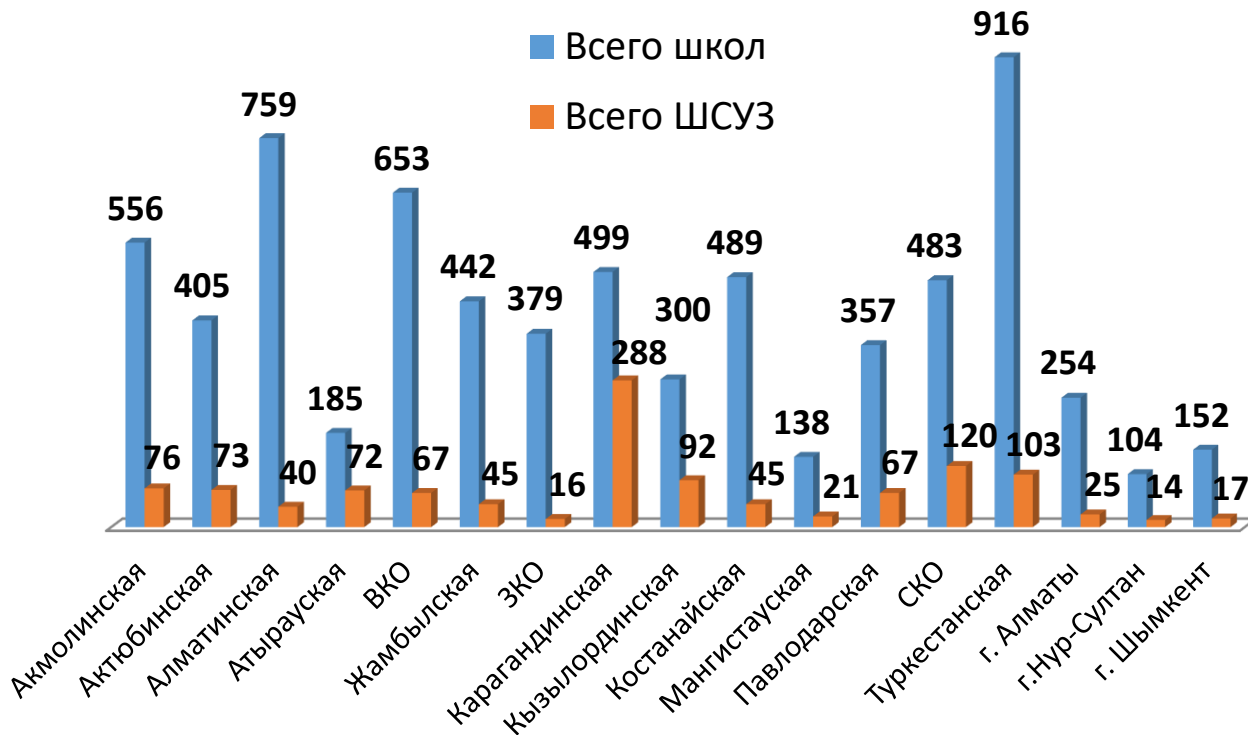


Основные контенты школ укрепления здоровья

В Европе	В Казахстане	
	Что имеем на сегодня	Что нужно внедрить
Массовый спорт и физическая активность Здоровое питание Психическое здоровье Безопасная среда Репродуктивное здоровье	<ul style="list-style-type: none">• Физическая активность только в рамках школьного расписания• Работа психолога на уровне анкетирования• Информационная работа по ЗОЖ, разработка и распространение информационной литературы, разовые акции проводимые волонтерами	<ul style="list-style-type: none">• Увеличение физической активности в школьном расписании и во внеурочное время, внедрение здоровьесберегающих технологий• Навыки по здоровому питанию• Обеспечение безопасной школьной среды• Создание психологического комфорта• Интеграция вопросов ЗОЖ и репродуктивного здоровья в учебную программу

Текущая ситуация

По итогам 1 полугодия 2022 года
в республике всего **7058** школ,
из них **1181** школ вступили в проект «ШСУЗ».



Мероприятия по пропаганде здорового
образа жизни (ЗОЖ) в школьных
учреждениях

53 296
МЕРОПРИЯТИЙ БЫЛИ
ПРОВЕДЕНЫ В РЕГИОНАХ ПО
ПРОПОГАНДЕ ЗОЖ

3x
БОЛЬШЕ В СРАВНЕНИИ С
2019 ГОДА

16 731
МЕРОПРИЯТИЙ

886 454
ЧЕЛОВЕК БЫЛО ОХВАЧЕНО



БОЛЬШЕ ЧЕМ ЗА 2019 ГОДА

728 516
ЧЕЛОВЕК

По данным социального опроса повысилась информированность и осведомленность среди школьников по вопросам формирования здорового образа жизни, правильного питания и физической активности на **53,8 %**

Поддержка и программа правительственных и/или местных органов содействия ШСУЗ
(МОН, МЗ, УО, УЗ)

Поддержка администрации школы и методистов

Определение группы активистов которая возглавит деятельность по сохранению и укреплению здоровья и будет координировать все ее направления в составе:

- учителей
- работников школы, не участвующих в учебном процессе
- учащихся
- родителей
- местных жителей

Оценка текущей деятельности по сохранению и укреплению здоровья по шести ключевым направлениям:

- Официально принятая политика школы в отношении сохранения здоровья учащихся
- Условия пребывания в школе
- Социально – психологический климат
- Формирование устойчивой мотивации вести здоровый образ жизни и обучение соответствующим навыкам и умениям
- Связи с общественностью
- Медицинское обслуживание учащихся

Принятие Хартии (Декларации, Устава) школы, способствующей сохранению и укреплению здоровья учащихся

Оценка достижений и результатов

Реализация задач для достижения цели

Определение цели и стратегии достижения

Повышение потенциала всех представителей заинтересованных организации с целью реализация эффективных мероприятий по созданию здоровьесберегающей, безопасной среды

ПРЕИМУШЕСТВА "ШКОЛ, СПОСОБСТВУЮЩИХ УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ"



**Рост
качества
знаний**



**Создание среды
для здорового
питания всего
школьного
сообщества**



**Открытие новых
кружков и
секций**



**Обеспечение
доступности к
питьевой воде**



**Пропаганда
физической
активности,
профилактика
малоподвижного
образа жизни**



**Особое внимание
аспектам
укрепления
здоровья и
благополучия
школьников**

Проблемы физического воспитания

Низкая оздоровительная
эффективность
физического воспитания

Отсутствие специалистов для
проведения занятий с детьми
имеющими функциональные
нарушения

Низкая двигательная
активность
учащихся

Недостаточная
пропаганда здорового
образа жизни

Пути решения

- ✓ Оптимальный двигательный режим
- ✓ Физкультурно-оздоровительные занятия в режиме дня
 - ✓ Внеклассные форма занятий ФК и С
- ✓ Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия
- ✓ ФВ с профессионально-прикладной направленностью.
- ✓ Формирование личности учащегося способного самостоятельно развивать себя физически и духовно
 - ✓ Сотрудничество пед. коллектива, учащегося и родителей

Популяризация физической активности в школах

Активные школьные каникулы:



Популяризация физической активности в школах

Активные перемены между уроками



Популяризация физической активности в школах

Физическая активность после школы в рамках программ по укреплению здоровья



Популяризация физической активности в школах

Путь в школу пешком или на велосипеде



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!