



**СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ
ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА В
КАЗАХСТАНЕ**

Независимый соискатель Научно-исследовательского
института, при государственной спортивной
академии Узбекистана

КУАНГАЛИЕВА Т.К.

к.э.н., ассоциированный профессор Казахский
национальный спортивный университет,
г. Астана, Казахстан,

Для связи с автором:

E-mail: kuangaliyevatursunzada@gmail.com

Аннотация. В статье исследуются социально-экономические факторы, определяющие уровень физической активности населения среднего возраста (39-57 лет) в Республике Казахстан. На основе данных выборочного обследования «Качество жизни населения» Бюро национальной статистики провёл сравнительный анализ показателей вовлечённости в массовый спорт в зависимости от уровня дохода, занятости, образования и региона проживания. Выявлено, что финансовые ограничения и дефицит свободного времени являются первичными барьерами для данной возрастной группы. Обоснованы направления региональной политики в сфере развития инфраструктуры массового спорта с учётом дифференциации социально-экономических условий в различных регионах страны.

Ключевые слова: массовый спорт, средний возраст, физическая активность, социально-экономические факторы, региональная политика, качество жизни, спортивная инфраструктура, занятость, уровень дохода, Казахстан.

Annotatsiya. Ushbu maqolada Qozog'iston Respublikasidagi o'rta yoshli (39-57 yoshli) aholining jismoniy faollik darajasini belgilovchi ijtimoiy-iqtisodiy omillar tadqiq etilgan. Qozog'iston milliy statistika byurosi tomonidan "Aholi turmush sifati" tanlanma kuzatuv ma'lumotlari asosida ularning daromad darajasi, bandlik, ma'lumotlilik hamda istiqomat qiladigan hududga bog'liq ravishda ommaviy sportga jalb qilinganlik ko'rsatkichlarining qiyosiy tahlili o'tkazilgan. Mazkur yosh guruhi uchun moliyaviy cheklovlar va bo'sh vaqt taqchilligi birlamchi to'siqlar ekanligi aniqlandi. Mamlakatning turli hududlaridagi ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarning



tabaqalanishini hisobga olgan holda, ommaviy sport infratuzilmasini rivojlantirish sohasidagi mintaqaviy siyosat yoʻnalishlari asoslab berilgan.

Kalit soʻzlar: ommaviy sport, oʻrta yosh, jismoniy faollik, ijtimoiy-iqtisodiy omillar, mintaqaviy siyosat, turmush sifati, sport infratuzilmasi, bandlik, Qozogʻistonda daromad darajasi.

Введение. Население среднего возраста - лица в возрасте 39-57 лет - представляет собой демографически и экономически значимую группу: именно на этот период приходится пик трудовой активности, семейных обязательств и социальной ответственности. Вместе с тем данная возрастная когорта характеризуется наибольшим риском развития хронических неинфекционных заболеваний, непосредственно связанных с гиподинамией: сердечно-сосудистой патологии, сахарного диабета 2-го типа, ожирения и метаболического синдрома [1]. Исследования демонстрируют, что регулярная физическая активность достоверно снижает риски развития перечисленных заболеваний, улучшает психоэмоциональное состояние и повышает производительность труда [2]. Тем не менее, по данным ВОЗ, более 27% взрослого населения мира не достигает рекомендованного уровня физической активности, причём наибольший дефицит наблюдается в группе 40-55 лет [3].

В Республике Казахстан проблема физической активности населения среднего возраста приобретает особую актуальность в контексте реализации государственной программы «Денсаулык» и Стратегии развития физической культуры и спорта. Вместе с тем региональная дифференциация условий доступности спортивной инфраструктуры и социально-экономические различия между регионами создают неравные возможности для физически активного образа жизни.

Социально-экономические детерминанты физической активности изучаются в рамках нескольких научных направлений. В работах Курманова Н.А. и соавторов [4] проанализированы особенности рынка спортивных услуг в Казахстане и установлено, что уровень охвата населения организованными физкультурно-спортивными занятиями существенно варьируется в зависимости от региона и уровня урбанизации.

Sun F. и соавторы [5] в систематическом обзоре доказали, что низкий социально-экономический статус является независимым предиктором физической неактивности, а наличие доступной инфраструктуры в шаговой доступности повышает вероятность регулярных занятий в 1,7–2,3 раза. Bácsné-Bába É. и



соавторы [6] подчёркивают, что устойчивость развития массового спорта напрямую зависит от сбалансированности экономических и социальных стимулов, формируемых на уровне государственной политики.

Особую роль в снижении уровня физической активности населения среднего возраста играет дефицит свободного времени как следствие высокой трудовой нагрузки и семейных обязательств. Willis E.A. и соавторы [7] демонстрируют, что для лиц в возрасте 40-55 лет характерна наибольшая конкуренция между временными ресурсами, при этом физическая активность уступает профессиональным и семейным приоритетам.

Целью исследования явилось - выявить ключевые социально-экономические детерминанты физической активности населения среднего возраста в Казахстане и определить приоритетные направления региональной политики в сфере массового спорта.

Методология исследования. По данным выборочного обследования «Качество жизни населения» Бюро национальной статистики Республики Казахстан, охватившего 11941 домашнее хозяйство, удовлетворённость состоянием здоровья среди лиц 39-48 лет составляет 53,8%, что значительно ниже показателей младшей возрастной группы (71,8% в возрасте 15-17 лет) [8].

Анализ удовлетворённости свободным временем показывает, что именно в возрастной группе 39-48 лет фиксируются минимальные значения данного показателя - 41,1%, тогда как доля частично удовлетворённых достигает максимума (53,7%). Указанная динамика коррелирует с объективным сокращением времени, доступного для физкультурно-оздоровительных занятий, в период максимальной трудовой и семейной нагрузки.

Данные о возможности регулярного посещения спортивных и досуговых мероприятий свидетельствуют о том, что среди лиц 39-48 лет 10,3% называют нехватку финансовых средств основным барьером - это один из наиболее высоких показателей среди всех возрастных групп. Дополнительный анализ выявил, что около трети респондентов среднего возраста указывают на иные барьеры: отсутствие спортивных объектов в шаговой доступности, нехватку мотивации и неудобный режим работы учреждений. Региональный аспект физической активности населения среднего возраста в Казахстане характеризуется значительной дифференциацией. Мегаполисы - Астана, Алматы и Шымкент - располагают развитой сетью спортивных объектов, фитнес-клубов и рекреационных парков, что обеспечивает более широкий доступ к



организованным занятиям. Вместе с тем высокая стоимость абонементов в частные спортивные клубы создаёт финансовые барьеры для значительной части городских жителей со средним и ниже среднего уровнем дохода.

В сельских регионах и малых городах страны инфраструктурный барьер является определяющим: большинство районных центров располагает лишь базовыми спортивными сооружениями - стадионами и залами при общеобразовательных школах, доступ к которым для взрослого населения в нерабочее время нередко ограничен. Программы по строительству физкультурно-оздоровительных комплексов в рамках государственных инициатив охватывают преимущественно районные центры, оставляя сельское население в условиях существенного дефицита спортивной инфраструктуры.

Доходные различия между регионами непосредственно влияют на возможности населения среднего возраста участвовать в платных спортивно-досуговых мероприятиях. В регионах с более низким уровнем заработной платы доля лиц, отказывающихся от спортивных занятий по финансовым причинам, существенно выше, что воспроизводит и углубляет региональное неравенство в состоянии здоровья.

Результаты исследования и их обсуждение. На основании проведённого анализа обоснованы следующие приоритетные направления региональной политики в сфере физической активности населения среднего возраста:

Для развитие доступной инфраструктуры, целесообразно создать условие по строительство многофункциональных физкультурно-оздоровительных комплексов в районных центрах и крупных сельских населённых пунктах с гибким графиком работы, ориентированным на занятое население (ранние утренние и вечерние часы, выходные дни), является первоочередной мерой снижения инфраструктурного барьера.

Здесь дифференцированная ценовая политика заключается в том, что введение социальных абонементов со скидкой 50-70% для работников бюджетной сферы, многодетных родителей и лиц с доходом ниже прожиточного минимума расширит охват наиболее уязвимых групп населения среднего возраста.

Корпоративные программы физической активности. Стимулирование работодателей к внедрению корпоративных программ здоровья - компенсация расходов на фитнес, организация производственной гимнастики, оборудование комнат отдыха - позволит преодолеть временной барьер и интегрировать физическую активность в рабочий день.



Цифровые решения для удалённых регионов целесообразно с помощью разработки и субсидирование государственных мобильных приложений с обучающими программами физических упражнений, адаптированными для выполнения без специального оборудования, обеспечит доступ к физкультурно-оздоровительным услугам жителям районов с неразвитой инфраструктурой.

Заключение. Проведённый анализ показал, что физическая активность населения среднего возраста в Казахстане определяется комплексом взаимосвязанных социально-экономических факторов: уровнем дохода, занятостью, доступностью инфраструктуры и региональными условиями. Возрастная группа 39-48 лет характеризуется наибольшим дефицитом свободного времени и значимыми финансовыми ограничениями, что обуславливает её недостаточную вовлечённость в массовый спорт. Региональная дифференциация условий доступности спортивной инфраструктуры требует в обосновании регионально дифференцированного подхода к преодолению социально-экономических барьеров физической активности населения среднего возраста на основе данных национального выборочного обследования. Практическая значимость результатов заключается в возможности их использования при разработке региональных программ развития массового спорта и корректировке государственной политики в сфере физического воспитания взрослого населения.

Список использованной литературы:

1. Sun F., Norman I.J., While A.E. Physical activity in older people: a systematic review // BMC public health. – 2013. – Vol. 13(1). - 449 p.
2. Willis E.A., Herrmann S.D., Hastert M., Kracht C.L., Barreira T.V., Schuna J.M.Jr. Older Adult Compendium of Physical Activities: Energy costs of human activities in adults aged 60 and older // Journal of Sport and Health Science. – 2024. – Vol. 13(1). – P. 13-17. doi: 10.1016/j.jshs.2023.10.007
3. World Health Organization. Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. – Geneva: WHO, 2018. – 102 p.
4. Курманов Н.А., Кенжин Ж.Б., Куангалиева Т.К., Утарбаева Г.К. Анализ рынка спортивных услуг в Казахстане // Вестник Казахского университета экономики, финансов и международной торговли. – 2025. – №1(58). – С. 98-105. doi: 10.52260/2304-7216.2025.1(58).12
5. Sun F., Norman I.J., While A.E. Physical activity in older people: a systematic review // BMC public health. – 2013. – Vol. 13(1). – 449 p.



6. Bácsné-Bába É., Ráthonyi G., Pfau C., Müller A., Szabados G.N., Harangi-Rákos M. Sustainability-sport-physical activity // International journal of environmental research and public health. – 2021. – Vol. 18(4). – P. 14-55. doi: 10.3390/ijerph18041455
7. Willis E.A., Herrmann S.D., Hastert M., Kracht C.L., Barreira T.V., Schuna J.M.Jr. Older Adult Compendium of Physical Activities // Journal of Sport and Health Science. – 2024. – Vol. 13(1). – P. 13-17.
8. Бюро национальной статистики Агентства по стратегическому планированию и реформам Республики Казахстан. Качество жизни населения в Республике Казахстан. Динамические таблицы. – URL: <https://stat.gov.kz/ru/>