

Научная статья

УДК 377.112.4; 377.8

<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2024-4-60-70>

Учитель физической культуры как субъект профилактики избыточного веса у школьников

Кирилл Алексеевич Смышляев¹, Анатолий Николаевич Вакурин²,
Алексей Викторович Смышляев³

¹ Томский государственный педагогический колледж, Томск, Россия

^{2, 3} Томский государственный педагогический университет, Томск, Россия

¹ smyshlyaev-k@mail.ru

² sportinst@tspu.edu.ru

³ sav220964@gmail.com

Аннотация

Показаны новые акценты работы общеобразовательной организации по формированию здорового образа жизни школьников, отражающие особенности современного технологического уклада жизни и человека в нем. Обоснована необходимость формирования готовности будущего учителя физической культуры к решению задач профилактики избыточного веса у школьников. Приведены данные собственного эмпирического исследования с помощью методов анкетирования и интервьюирования, представляющие понимание будущими педагогами особенностей профессиональной субъектности учителя физической культуры в данном контексте. Обозначены дефициты в понимании будущими педагогами (абитуриенты Томского государственного педагогического университета и Томского государственного педагогического колледжа, студенты 2-го и 3-го курсов Томского государственного педагогического колледжа) задач, возможностей и способов воспитательной работы школьного учителя физической культуры в направлении профилактики избыточного веса и ожирения у обучающихся. Предложено авторское видение образовательного модуля, нацеленного на формирование компетенций учителя физической культуры, связанных с междисциплинарным взаимодействием с педагогами других школьных предметов для решения задач формирования у школьников ценности здорового образа жизни и навыков здоровьесберегающего поведения, включая аспект профилактики избыточного веса. Показаны перспективы использования медико-педагогических проектов, нацеленных на воспитание у школьников мотивации к ЗОЖ и формирование его поведенческих норм, связанных с профилактикой избыточного веса. Актуализирована ценность междисциплинарной кооперации специалистов на локально организационном уровне и на уровне взаимодействия различных профессиональных сфер.

Ключевые слова: профилактика избыточного веса у школьников, профессиональная субъектность педагога, профилактика избыточного веса как полисубъектная практика, межпредметное взаимодействие педагогов школы, медико-педагогические проекты

Для цитирования: Смышляев К. А., Вакурин А. Н., Смышляев А. В. Учитель физической культуры как субъект профилактики избыточного веса у школьников // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. 2024. Вып. 4 (56). С. 60–70. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2024-4-60-70>

Original article

The teacher of physical training as a subject of preventing obesity among school children

Kirill A. Smyshlyayev¹, Anatoly N. Vakurin², Aleksey V. Smyshlyayev³

¹ Tomsk State Pedagogical college, Tomsk, Russian Federation

^{2,3} Tomsk State Pedagogical University, Tomsk, Russian Federation

¹ smyshlyayev-k@mail.ru

² sportinst@tspu.edu.ru

³ sav220964@gmail.com

Abstract

New highlights in the work of educational establishment concerning the formation of schoolchildren's healthy lifestyle and revealing the features of modern technological way of life and a human in it are shown. The necessity of the formation of the future teacher of physical training readiness to solve the tasks of obesity prevention among school children is justified. The data of own empirical studies presenting the understanding of the future teachers of physical training of their professional subjectivity in this context are provided. The understanding of the future teachers (applicants of the Tomsk State Pedagogical College and Tomsk State Pedagogical University and the 2nd and 3rd year students of Tomsk State Pedagogical College) of the tasks, opportunities and means of the educational work of a school physical training teacher in the sphere of obesity prevention among school children is indicated. The authors' perspective of (the method of educational design) the educational module aimed at the formation of physical training teacher's competences connected with interdisciplinary interactions with teachers of other school subjects is presented. This view includes the solution of the tasks dealing with the formation in schoolchildren of healthy lifestyle value and the health saving skills involving the aspect of obesity prevention in the practice of educational work. The perspectives of using medical and pedagogical projects aimed at the development of healthy lifestyle motivation in schoolchildren and the formation of the behavioral norms, connected with the obesity prevention are shown. The importance of interdisciplinary cooperation of specialists (both on the local level and on the level of interaction of different professional spheres) is actualized. The methods used in the investigation include: theoretical analysis, survey (questionnaire and interview).

Keywords: *obesity prevention in schoolchildren, professional subjectivity of the teacher, prevention of excess weight as a multi-subjective practice, interdisciplinary interaction of school teachers, medical and pedagogical projects*

For citation: Smyshlyayev K. A., Vakurin A. N., Smyshlyayev A. V. Uchitel' fizicheskoy kul'tury kak sub"ekt profilaktiki izbytochnogo vesa u shkol'nikov [The teacher of physical training as a subject of preventing obesity among school children]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2024, vol. 4 (56), pp. 60–70. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2024-4-60-70>

Современный мир наполнен огромным количеством сложностей, новых явлений, вызовов и одновременно новых возможностей. Это связано с принципиально измененным технологическим укладом жизни, культурной трансформацией общества, трансформациями в устроенности человеческой жизни. Одной из ключевых характеристик современного мира является активное использование технических средств, облегчающих повседневную жизнь человека, его быт, личностное и деловое общение, профессиональную деятельность. Тотальная цифровизация жизни, активное проникновение искусственного интеллекта во все жизненные процессы людей – это наиболее значимые атрибуты современности. Кроме того, наше настоящее активно автомобилизировано: пешеходные передвижения современного человека становятся все более редкими из-за стремительного темпа жизни. С одной стороны, все это существенно упрощает человеку осуществление многих видов деятельности, обеспечивая повышение качества его жизни, но, с другой стороны, это выступает фактором существенного снижения физической активности людей, стимулирует «сидячий» образ их жизни.

Особенности новых форматов жизнеустройства обуславливают и другие изменения в жизни человека. В частности, особенности досуга, планирования трудовой активности, появление новой нормальности в плане представлений о физическом совершенстве (например, движение бодипозитива), стремление к активному долголетию и, как следствие, обновленное понимание возрастных границ, определяющих фазы жизни, режим и характер пищевого поведения.

Эксперты в области социальной антропологии выделяют целый ряд новых проблем современного человека, которые необходимо изучать, осмысливать и находить обоснованные способы их решения. Одной из таких проблем обозначается ожирение «как заболевание, которое приобрело масштабы глобальной эпидемии» [1, 2], а избыточный вес рассматривается как глобальный вызов XXI в.

Ожирением в медицине обозначается гетерогенная группа наследственных и приобретенных заболеваний, связанных с избыточным накоплением жировой ткани в организме, что приводит к увеличению массы тела, превышающей ее нормальные (нормативные) значения относительно пола и возраста человека [3]. Медики определяют ожирение как хроническое рецидивирующее и прогрессирующее заболевание, представляющее серьезный риск для здоровья человека и требующее немедленных действий по профилактике и борьбе с ним [1, 2]. Всемирная организация здравоохранения представляет данные о том, что за последние 50 лет распространенность ожирения во всем мире возросла более чем в 3 раза. Так, в 2016 г. более 1,9 млрд взрослых старше 18 лет имели избыточную массу тела, из них свыше 650 млн страдали ожирением [4]. В России, как и во всех экономически развитых странах, отмечаются высокие показатели распространенности ожирения. По данным Росстата, в 2018 г. распространенность ожирения среди лиц 19 лет и старше по индексу массы тела (ИМТ) составила 20,6 %, из них ожирение I степени выявлено у 15,7 %, ожирение II степени – у 4,3 %, ожирение III степени – у 1,6 % [5].

В контексте темы статьи представляется важным понимание динамики проблемы избыточного веса и ожирения среди детей. В связи с этим важной представляется опора на достоверные данные. Они свидетельствуют о том, что в нашей стране также отмечается рост числа детей с избытком массы тела и ожирением. В 2004 г. распространенность избыточной массы тела в разных регионах России колебалась от 5,5 до 11,8 %, так, в 2014 г. частота выявления избытка массы тела, независимо от возраста и пола, достигла практически 20 %, а ожирение диагностировано у 5,7 % детей [6]. Согласно данным многоцентрового исследования (2014 г.), при обследовании более 5 000 детей и подростков в возрасте 5, 10 и 15 лет из Астрахани, Екатеринбурга, Красноярска, Самары и Санкт-Петербурга была установлена распространенность избыточной массы тела на уровне 19,9 %, а ожирения – 5,7 %. Полученные данные касались детей обоих полов и всех возрастных групп [6].

Интересна региональная специфика проблемы избыточного веса и ожирения среди населения. Так, летом 2023 г. начальником Департамента здравоохранения Томской области С. Прошутя сообщалось, что, по прогнозу экспертов, к 2030 году лишний вес будут иметь примерно 60 % жителей Томской области. Это объясняется малоподвижным образом жизни, к которому приводят тотальные компьютеризация и автомобилизация, а также переедание. Она добавила, что за последние 10 лет в регионе доля детей с ожирением выросла с 5 % до 23 %. С. Прошутя отметила, что по последним статистическим данным, избыточной массой тела в России страдают не менее 50 % взрослого населения, а порядка 30 % имеют ожирение. В 2022 г. впервые это заболевание было выявлено у 3 677 томичей [7].

В целом специалисты указывают на сложное сочетание причин, приводящих к возникновению избыточного веса и ожирению, а именно: взаимодействие между генетической предрасположенностью, алиментарными, физиологическими, социальными и экологическими факторами [1].

Установлено, что у детей наиболее (около 95 %) часто встречаемой формой является простое конституционально-экзогенное ожирение, которое обусловлено наследственной предрасположен-

ностью и избыточностью поступающих с пищей калорий в сочетании с недостаточной двигательной активностью [8]. В основе глобального роста показателей ожирения лежат, с одной стороны, резкое изменение характера питания в сторону повышенного потребления энергоемких продуктов с высоким содержанием жира и сахаров и низким содержанием пищевых волокон, витаминов, минеральных веществ и микроэлементов, с другой – снижение физической активности в связи с сидячим характером многих форм деятельности, изменением способов передвижения и возрастающей урбанизацией [1].

Важно понимать еще и то, что на развитие избыточной массы тела и ожирения влияет не только химический состав и калорийность пищи, но и распределение доз (объемов) ее употребления в течение дня, то есть режим питания. Так, по данным исследования режима питания школьников г. Воронежа, только половина детей имела 4-, 5-разовое питание, а около 20 % опрошиваемых детей принимали пищу два раза в день. Нерегулярность питания детей приводит к более частым перекусам сладостями и другими высококалорийными продуктами и способствует набору массы тела [9].

Итак, эксперты в сфере здоровья человека обозначают, что главными причинами прогрессирующей тенденции ухудшения здоровья человечества в результате избыточного веса и ожирения является специфика жизнеустроенности (технологическая и поведенческая организованность жизни) современного человека, для которого характерно снижение физической активности в сочетании с высококалорийным питанием и преобладанием «быстрых» перекусов.

Избыточный вес и ожирение, согласно данным ВОЗ, предотвратимы [8]. Медицинские работники, занимающиеся профилактикой этих нарушений здоровья, отмечают немаловажную роль среды (окружения) как стимулирующих условий для формирования образа жизни человека как в сторону выбора здорового рациона и правильной культуры питания и регулярной физической активности, так выбора в противоположную сторону [10].

Врачебное сообщество практически единогласно заявляет, что основным способом решения проблемы ожирения как вызова современности должна стать профилактика [1, 11]. Причем многофакторный характер возникновения избыточного веса и ожирения как заболевания и актуальной проблемы современного общественного здоровья для своего решения требуют системного и мультидисциплинарного подхода, включающего совокупность мер, направленных на обеспечение первичной, вторичной и третичной профилактики ожирения [1].

Согласно медицинской трактовке (понимание сути которой представляется важной в рамках темы данной статьи), в рамках «первичной профилактики ожирения предполагается устранение модифицируемых факторов риска у здоровых людей, к которым прежде всего относятся неоптимальное и несбалансированное питание (избыточное потребление животных жиров и легкоусвояемых углеводов, недостаточное количество овощей и фруктов, основной прием пищи в вечернее и ночное время, использование нефизиологических диет и др.), низкая физическая активность, нарушения углеводного обмена, стресс, эндокринопатии и прием лекарственных препаратов, способствующих набору массы тела, дефицит витамина D, нарушение кишечной микробиоты» [1].

К настоящему времени в практиках здравоохранения и медицинской психологии, нацеленной на формирование ценностей здоровьесбережения, активного долголетия и правильного пищевого поведения человека, обозначается несколько путей осуществления первичной профилактики избыточного веса и ожирения у детей. Одним из них однозначно признается целенаправленная педагогическая деятельность в рамках организации образовательного процесса в образовательных организациях (все уровни образования) [12–16].

В ряде исследований последних лет подчеркивается, что именно общеобразовательные школы должны стать координационными центрами для профилактики ожирения детей и подростков [12–17]. В этом смысле представляется достаточно актуальным понимание наиболее продуктивных современных подходов (принципов, содержания, форм, методов, средств, субъектов) к профилак-

ке избыточного веса у школьников. Очевидно, что школа – самый массовый и самый длинный по периоду времени (9–11 лет) институт социализации и именно в нем у человека формируются основы мировоззрения, зачатки ценностных ориентаций, достаточно устойчивые образы себя и стиля жизни.

К образовательным ресурсам в плане профилактики избыточного веса у обучающихся школы в рамках работы по формированию ЗОЖ относятся прежде всего учебные предметы естественно-научной направленности (биология, химия), а также учебный предмет ОБЖ. Бесспорно, и школьные предметы гуманитарного и художественно-эстетического циклов имеют воспитательный потенциал в рассматриваемом контексте.

Конечно, школьный предмет «физическая культура» наряду с главной своей целью – формирование у школьников физических качеств и волевых свойств личности – также имеет большой образовательный потенциал для профилактики избыточного веса и ожирения у школьников. Деятельность учителя физической культуры в школе, связанная с внеурочной, внеучебной и воспитательной работой (спортивно-массовые мероприятия, организация спортивных секций по различным видам спорта, вовлечение школьников в движение ГТО и др.), выступает элементом системной работы школы по профилактике гиподинамии школьников, вовлекая их в практики двигательной активности и создавая среду, содействующую укреплению здоровья и противодействия возникновению избыточного веса у обучающихся. Однако современные педагогические исследования показывают, что образовательный потенциал акторности учителя физической культуры в плане влияния на эффективность школьных практик профилактики избыточного веса у обучающихся не актуализирован в полной мере [12–17].

Важно отметить при этом, что задачи профилактики избыточного веса у школьников должны решаться при взаимодействии педагогов – полисубъектно и программно (целенаправленно, последовательно и взаимодополняюще), что обеспечит синергетический эффект от совместных системных усилий. Отметим также немаловажную роль в формате полисубъектности классных руководителей и школьных психологов. Необходимо подчеркнуть, что важным направлением работы школы при решении задач формирования здорового образа жизни обучающихся, включая аспект профилактики лишнего веса, является работа с родителями в современных ее форматах, включая использование интерактивных коммуникаций и возможности цифровых коммуникационных и образовательных ресурсов (лектории, практикумы, тематические дискуссии, воркшопы, семейные марафоны здоровья, консультации со специалистами сферы здравоохранения и др.).

При решении задачи актуализации в современной школьной жизни практик профилактики избыточного веса у школьников необходимо более прицельно исследовать аспект, связанный с профессиональной субъектностью учителя физической культуры в этом процессе, точнее понять его специфический функционал как актора формирования правильного поведения школьников в плане выбора стратегии на здоровьесбережение. В связи с этим, на наш взгляд, представляется интересным и полезным в практическом плане исследование того, как понимают эту свою задачу будущие школьные учителя физической культуры. Это определило цель настоящего исследования – выявить особенности понимания будущими учителями физической культуры специфики их деятельности в контексте профилактики избыточного веса у школьников.

Исследование проводилось в период приемной кампании в Томский государственный педагогический колледж (ТГПК) и Томский государственный педагогический университет (ТГПУ) в июле-августе 2023 г., а также в течение весеннего семестра 2022–2023 учебного года и осеннего семестра 2023–2024 учебного года. Методом проведения исследования был определен опрос через анкетирование (152 абитуриента ТГПК и 75 ТГПУ) и интервьюирование (76 студентов 2-х и 3-х курсов ТГПК). Ниже приведем данные опроса (анкетирования) и их анализ.

Первым вопросом анкеты было выявление того, *что знают будущие учителя физической культуры о проблемах лишнего веса у детей в Томской области* (открытый вопрос). Анализ ответов по-

казывает, что данный вопрос не является интересным и значимым для респондентов (74 % обозначают, что они ничего не знают), 19 % говорят о том, что это избыточный вес вреден для здоровья. Лишь 7 % опрошенных обозначают факт увеличения количества школьников с лишним весом в последнее десятилетие.

Будущим учителям физической культуры также был задан открытый вопрос: *С какими заболеваниями человека связан лишний вес/ожирение?* Указывают в ответах на сахарный диабет 71 %, 64 % респондентов обозначают болезни сердца, 32 % говорят о рисках болезней суставов, 18 % опрошенных затруднились ответить на данный вопрос.

В ответ на вопрос *«Считаете ли вы, что учитель физической культуры должен заниматься профилактикой лишнего веса/ожирения у школьников?»* 87 % будущих педагогов ответили утвердительно.

Респондентам предлагалось обозначить свои суждения о том, *в сотрудничестве с какими школьными педагогами учитель физической культуры может заниматься профилактикой ожирения у детей и подростков?* Ответы были следующими: 32 % опрошенных затруднились ответить; 16 % указали на учителей биологии, а 12 % – на школьных педагогов по химии; 7 % будущих учителей физической культуры считают целесообразным свое сотрудничество с учителями по ОБЖ.

При анализе того, *что является основными причинами лишнего веса у школьников*, были получены такие данные: переедание – 89 %, пример родителей / других значимых взрослых – 62 %, цифровизация мира – 61 %, семейный уклад – 56 % респондентов; автомобилизация жизни – 52 %, состояние здоровья – 32 %. Затруднились дать ответ на данный вопрос 16 % респондентов.

Ответы участников на открытый вопрос *о способах влияния учителя физической культуры на профилактику лишнего веса/ожирения у школьников* показали такие распределения: 64 % опрошенных обозначают важную роль учителя физической культуры в мотивировании школьников включать в свой образ жизни физическую (двигательную) активность; 52 % указывают на возможности учителя в плане приобщения школьников к спортивным секциям (соревнованиям); 24 % говорят о влиянии личного примера педагога; 18 % заявляют о том, что учитель физической культуры может проводить разъяснительную работу со школьниками и их родителями по вопросам профилактики лишнего веса. Затруднения в плане ответа на данный вопрос (не дают ответа) наблюдается у 37 % опрошенных.

Отметим как значимый результат опроса тот факт, что преобладающее большинство будущих учителей физической культуры (52 %) считает, что *в процессе их подготовки обязательно должен быть раздел про профилактику лишнего веса/ожирения у школьников*. При этом 43 % опрошенных ответили отрицательно, а 5 % затруднились с ответом.

Отвечая на вопрос анкеты о том, *задачей какого профессионального сообщества – медицинского или педагогического – является профилактика лишнего веса у школьников*, будущие учителя физической культуры разделились в своих мнениях следующим образом: 57 % респондентов полагают, что данная задача должна решаться совместными усилиями медиков и педагогов, 22 % опрошенных относят ее решение к сфере здравоохранения, 18 % – к сфере образования, 13 % участников считают профилактику лишнего веса у школьников задачей исключительно семейного воспитания.

В ходе собственного исследования (весна и осень 2023 г.), как уже отмечалось, также было проведено структурированное интервью с 76 юношами и девушками, нацеленными стать учителями физической культуры (обучающиеся 2-х и 3-х курсов ТГПК). Цель интервью была определена как и при проведении анкетирования. В ходе данного интервью с абитуриентами обсуждались следующие вопросы: *позволяет ли Ваш школьный опыт утверждать, что учитель физической культуры участвует в профилактике избыточного веса у школьников? как Вы относитесь к необходимости заниматься профилактикой избыточного веса у школьников в процессе Вашей будущей педагогиче-*

ской деятельности? какие информационные ресурсы (цифровые платформы, приложения, медиаресурсы), позиционирующие профилактику избыточного веса, Вам известны? как Вам видится развитие Вашей способности решать профессиональные задачи, связанные с профилактикой лишнего веса у школьников? По результатам анализа данных интервьюирования был сделан ряд выводов, которые (вместе с комментариями) приведены ниже:

1. Школьный опыт будущих учителей приводит их к мнению, что у учителя физической культуры нет задачи заниматься профилактикой лишнего веса. Большинство опрошенных (63 %) указывают на это (типовой ответ: «он должен проводить уроки физкультуры, вести школьные спортивные секции, организовывать соревнования»). Однако 32 % будущих учителей считают, что сами уроки физической культуры и спортивно-массовая работа в школе – это и есть вклад учителя физической культуры в профилактику избыточного веса.

2. Будущие учителя физической культуры не мотивированы и не настроены *прицельно и осмысленно* заниматься профилактикой избыточного веса у школьников в процессе своей педагогической деятельности. Более 70 % опрошенных удивлены такой постановкой вопроса и никогда не задумывались о данном аспекте педагогической деятельности школьного учителя.

3. У будущих педагогов по физической культуре практически нет интереса к информационным и образовательным ресурсам, позиционирующим профилактику избыточного веса, они не осведомлены о такой ресурсности труда учителя физической культуры и не понимают ее значимости. Только 4 % опрошенных показали свою осведомленность, обозначая вместе с тем, что эта информация появилась у них благодаря интересам их близких или друзей и никогда не рассматривалась как профессионально значимая.

4. Видение будущих учителей физической культуры способов развития их способности решать профессиональные задачи, связанные с профилактикой лишнего веса у школьников, представляется весьма «диффузным». Подавляющее большинство интервьюируемых (более 50 %) проявили растерянность, отвечая на данный вопрос. А 23 % опрошенных высказали суждение о целесообразности готовить учителя физической культуры к решению задач профилактики лишнего веса у школьников через включение этой проблематики в отдельные темы образовательной программы. Кроме того, 32 % интервьюируемых обозначили свой интерес к видеоресурсам, представляющим различные практики формирования ЗОЖ, включая аспекты профилактики избыточного веса.

5. Действующие учителя физической культуры в школе, как показывают данные опроса, слабо идентифицируют себя в качестве субъектов профилактики избыточного веса у школьников. Опрошенные абитуриенты и студенты транслируют те установки и смысловые позиции в отношении этой задачи, которые они обрели в процессе собственного школьного опыта по физической культуре через взаимодействие с педагогами.

6. Для повышения степени осознания учителем физической культуры своей профессиональной субъектности как актора профилактики избыточного веса у школьников целесообразно введение в образовательные программы профессиональной подготовки педагогов по физической культуре специализированного модуля «Межпредметные педагогические практики профилактики избыточного веса у школьников: возможности физической культуры».

Также разработано содержание такого модуля (объемом 36 ч) для образовательных программ профессиональной подготовки педагогов по физической культуре, направленного на формирование их способности продуктивно решать задачи профилактики лишнего веса у школьников в логике актуализации межпредметных педагогических стратегий и средств. Этот модуль можно использовать в качестве программы повышения квалификации педагогов физической культуры общеобразовательных организаций.

Цель: развитие и формирование компетенций учителя физической культуры, связанных с реализацией межпредметных форматов воспитательной работы по профилактике лишнего веса у школьников.

Темы курса:

1. Роль межпредметного взаимодействия педагогов для формирования основ ЗОЖ и здоровьесберегающего поведения у школьников – 2 ч.

2. Воспитательная работа как пространство межпредметного взаимодействия педагогов общеобразовательных организаций при решении задач профилактики лишнего веса школьников – 2 ч.

3. Практики взаимодействия учителя физической культуры и учителя истории и обществознания при решении задач профилактики лишнего веса школьников: эволюция представления о красоте тела и здоровье человека, современные представления о совершенстве и красоте человеческого тела, новые виды физической активности, бодипозитив как современное движение: плюсы и минусы – 4 ч.

4. Практики взаимодействия учителя физической культуры и учителя химии, физики и биологии при формировании ЗОЖ в решении задач профилактики лишнего веса школьников: пищевое поведение и питьевой режим школьника, способы индивидуальной работы со школьниками и их родителями по профилактике избыточного веса, нормы физической активности у школьников, анатомия локомоторной системы ребенка, правила и способы контроля веса тела, способы управления дефицитом энергии в организме – 4 ч.

5. Практики взаимодействия учителя физической культуры и учителя информатики при решении задач профилактики лишнего веса школьников: цифровая грамотность современного человека в контексте ЗОЖ, здоровьесбережения и профилактики избыточного веса, использование геймификации и цифровых приложений для профилактики избыточного веса – 4 ч.

6. Практики взаимодействия учителя физической культуры и учителя ОБЖ при решении задач профилактики лишнего веса школьников: эргономика двигательной активности человека (одежда, обувь, инвентарь, пространство и его физические характеристики и др.) – 2 ч.

7. Работа с семьей как направление взаимодействия педагогов в практиках профилактики избыточного веса у школьников – 4 ч.

8. Разработка и защита итогового проекта – 14 ч.

Осмысление проблемы усиления акторности учителя физической культуры в школьных практиках профилактики избыточного веса у школьников через изучение специальной литературы (педагогической, психологической, медицинской, культурологической), анализ современного педагогического опыта и собственные эмпирические исследования приводят также к пониманию необходимости развития практик взаимодействия профессиональных сообществ педагогов и медиков при решении заявленной проблемы. Одной из форм такого взаимодействия могут быть специализированные медико-педагогические проекты, практика которых в настоящее время начинает активно складываться как пример интеграции социально-гуманитарного и естественно-научного знания для решения актуальных проблем современности, связанных с благополучием человека.

Обобщая результаты проведенного исследования, сформулируем ряд выводов. Во-первых, проблема избыточного веса и ожирения является сегодня одним из вызовов XXI в. и требует для своего решения консолидации усилий специалистов из разных сфер. Актором развития практик профилактики избыточного веса и ожирения детей и молодежи является педагогическое сообщество. Во-вторых, школьные практики профилактики избыточного веса являются важным элементом и фактором продуктивности системной работы в этом направлении. При решении данной задачи на уровне деятельности общеобразовательных организаций целесообразно развитие межпредметного полисубъектного педагогического взаимодействия, ориентированного на работу не только с обучающимися, но и с их родителями. В-третьих, в настоящее время учителя физической культуры слабо идентифицируют себя в качестве субъекта системно организованной в школе профилактики избыточного веса у обучающихся, основанной на межпредметном взаимодействии педагогов. Для усиления понимания возможностей и способов реализации профессиональной субъектности учителя

физической культуры в школьных практиках профилактики избыточного веса у обучающихся необходимо включение в образовательные программы профессиональной подготовки учителей и программы повышения их квалификации соответствующей содержательной компоненты. В-четвертых, важным условием развития школьных практик профилактики избыточного веса у обучающихся является прицельное использование специализированных медико-педагогических проектов.

Список источников

1. Шарафетдинов Х. Х., Плотникова О. А. Ожирение как глобальный вызов XXI века: лечебное питание, профилактика и терапия // Вопросы питания. Т. 89, № 4. 2020. С. 161–171.
2. Аметов А. С. Ожирение. Современный взгляд на патогенез и терапию: учеб. пособие. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2019. Т. 1. 384 с.
3. Диагностика и лечение ожирения у детей и подростков // Федеральные клинические рекомендации (протоколы) по ведению детей с эндокринными заболеваниями / под ред. И. И. Дедова, В. А. Петерковой. М.: Практика, 2014. С. 163–183.
4. WHO. Obesity and Overweight, 2020. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (дата обращения: 20.11.2023).
5. Федеральная служба государственной статистики. Выборочное наблюдение рациона питания населения. URL: https://gks.ru/free_doc/new_site/food18/index.html (дата обращения: 20.11.2023).
6. Тутельян В. А., Батулин А. К., Конь И. Я. и др. Распространенность ожирения и избыточной массы тела среди детского населения РФ: мультицентровое исследование // Педиатрия. 2014. Т. 93, № 5. С. 28–31.
7. URL: <https://www.riat omsk.ru/article/20230205/deti-ozhirenie-tomsk/> (дата обращения: 08.09.2023).
8. Цукарева Е. А. Современные методы профилактики формирования избыточной массы тела и ожирения у детей школьного возраста (обзор литературы) // Смоленский медицинский альманах. 2019. № 1. С. 292–295.
9. Есауленко И. Э., Насташева Т. Л., Жданова О. А., Минакова О. В. Характеристика физического развития и режима питания школьников Воронежа // Вопросы питания. 2017. Т. 86, № 4. С. 85–92.
10. Всемирная организация здравоохранения. Центр СМИ. Информационные бюллетени. Февраль 2018. Ожирение и избыточный вес. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (дата обращения: 12.10.2023).
11. Горелова Ж. Ю. Современные отечественные и зарубежные исследования о здоровом питании детей и подростков // Здоровье семьи – 21 век. 2018. № 1 (1). С. 25–41.
12. Профилактика ожирения у детей / под ред. А. П. Фисенко, В. А. Петерковой, С. Г. Макаровой. М.: Полиграфист и издатель, 2020. 140 с.
13. Чайченко Т. В. Оптимизация физической активности детей и подростков в рамках кампании по прекращению детского ожирения // Здоровье ребенка. 2015. № 4. С. 31–35. 24.
14. Камалова А. А. Современные подходы к профилактике ожирения у детей // Российский вестник перинатологии и педиатрии. 2016. № 6.
15. Самойлова Ю. Г., Матвеева М. В., Вачадзе Т. Д., Толмачев И. В., Захарчук П. И. Геймификация как метод профилактики ожирения у детей // Профилактическая медицина. 2022. № 25 (9). С. 117–122.
16. Лигута В. Ф. Отношение родителей к физической культуре, здоровому образу жизни и физическому воспитанию детей // Вестник Томского гос. пед. ун-та (TSPU Bulletin). 2016. Вып. 12 (177). С. 33–39.
17. Лебедева К. С., Рыбина О. Е. Использование здоровьесберегающих технологий в процессе подготовки студентов в педагогическом вузе // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. 2022. Вып. 5 (45). С. 120–127.

References

1. Sharafetdinov Kh. Kh., Plotnikova O. A. Ozhireniye kak global'nyy vyzov XXI veka: lechebnoye pitaniye, profilaktika i terapiya [Obesity as a global challenge of the XXI century: therapeutic nutrition, prevention and therapy]. *Voprosy pitaniya – Nutrition Issues*, vol. 89, no. 4, 2020, pp. 161–171 (in Russian).
2. Ametov A. S. *Ozhireniye. Sovremennyy vzglyad na patogenez i terapiyu: uchebnoye posobiye* [Modern view on pathogenesis and therapy: textbook]. Moscow, GEOTAR-Media Publ., 2019. Vol. 1. 384 p. (in Russian).

3. Diagnostika i lecheniye ozhireniya u detey i подростков [Diagnosis and treatment of obesity in children and teenagers]. *Federal'nye klinicheskiye rekomendatsii (protokoly) po vedeniyu detey s endokrinnyimi zabolevaniyami* [Federal Clinical recommendations (protocols) of managing children with endocrine disorders]. Ed. I. I. Dedov, V. A. Peterkova. Moscow, Praktika, Publ., 2014. Pp. 163–183 (in Russian).
4. WHO. *Obesity and Overweight*, 2020. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (accessed 20 November 2023).
5. *Federal'naya sluzhba gosudarstvennoy statistiki. Vyborochnoye nablyudeniye ratsiona pitaniya naseleniya* [Federal Statistics service. Selective observation of the population diet] (in Russian). URL: https://gks.ru/free_doc/new_site/food18/index.html (accessed 20 November 2023).
6. Tutel'yan V. A., Baturin A. K., Kon' I. Ya. et al. Rasprostranennost' ozhireniya i izbytochnoy massy tela sredi detskogo naseleniya RF: mul'titsentrovoye issledovaniye [The prevalence of obesity and overweight among child population of the Russian Federation: multicentric investigation]. *Pediatrics – Pediatrics*, 2014, vol. 93, no. 5, pp. 28–31 (in Russian).
7. URL: <https://www.riatomsk.ru/article/20230205/deti-ozhirenie-tomsk/> (accessed 08 September 2023).
8. Tsukareva E. A. Sovremennyye metody profilaktiki formirovaniya izbytochnoy massy tela i ozhireniya u detey shkol'nogo vozrasta (obzor literatury) [Modern methods of obesity and overweight prevention in schoolchildren (literature overview)]. *Smolenskiy meditsinskiy al'manakh – Smolensk medical almanac*, 2019, no. 1, pp. 292–295 (in Russian).
9. Esaulenko I. E., Nastaushcheva T. L., Zhdanova O. A., Minakova O. V. Kharakteristika fizicheskogo razvitiya i rezhima pitaniya shkol'nikov Voronezha [The characteristic of physical development and diet of the school children of Voronezh]. *Voprosy pitaniya – Nutrition Issues*, 2017, vol. 86, no. 4, pp. 85–92 (in Russian).
10. *Vsemirnaya organizatsiya zdoravoohraneniya. Tsentr SMI. Informatsionnye byulleteni. Fevral' 2018. Ozhireniye i izbytochnyy ves* [World Health organization. Media Centre. Information Bulletin. February 2018. Obesity and overweight] (in Russian). URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (accessed 12 October 2023).
11. Gorelova Zh. Yu. Sovremennyye otechestvennyye i zarubezhnyye issledovaniya o zdorovom pitanii detey i подростков [Modern native and foreign investigations on healthy diet of children and teenagers]. *Zdorov'e sem'i – 21 vek – Family Health – the 21st century*, 2018, no. 1 (1), pp. 25–41 (in Russian).
12. *Profilaktika ozhireniya u detey* [Prevention of obesity in children]. Ed. A. P. Fisenko, V. A. Peterkova, S. G. Makarova. Moscow, Poligrafist i izdatel' Publ., 2020. 140 p. (in Russian).
13. Chaychenko T. V. Optimizatsiya fizicheskoy aktivnosti detey i подростков v ramkakh kampanii po prekrashcheniyu detskogo ozhireniya [Optimizing physical activity of children and adolescents as part of a campaign to end childhood obesity]. *Zdorov'e rebenka – Child's health*, 2015, no. 4, pp. 31–35 (in Russian).
14. Kamalova A. A. Sovremennyye podkhody k profilaktike ozhireniya u detey [Modern approaches to the prevention of children obesity]. *Rossiyskiy vestnik perinatologii i pediatrii – Russian Bulletin of Perinatology and Pediatrics*, 2016, no. 6 (in Russian).
15. Samoylova Yu. G., Matveeva M. V., Vachadze T. D., Tolmachev I. V., Zaharchuk P. I. Geymifikatsiya kak metod profilaktiki ozhireniya u detey [Gamification as a method for preventing children obesity]. *Profilakticheskaya meditsina – Preventive medicine*, 2022, no. 25 (9), pp. 117–122 (in Russian).
16. Liguta V. F. Otnosheniye roditeley k fizicheskoy kul'ture, zdorovomu obrazu zhizni i fizicheskomu vospitaniyu detey [Parents' attitude to physical education, healthy lifestyle and physical education of children]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta – TSPU Bulletin*, 2016, vol. 12 (177), pp. 33–39 (in Russian).
17. Lebedeva K. S., Rybina O. E. Ispol'zovaniye zdorov'esberegayushchikh tekhnologiy v protsesse podgotovki studentov v pedagogicheskom vuze [The use of health-saving technologies in the process of preparing students at a pedagogical university]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2022, vol. 5 (45), pp. 120–127 (in Russian).

Информация об авторах

Смышляев К. А., кандидат педагогических наук, Томский государственный педагогический колледж (ул. Крылова, 12а, Томск, Россия, 634050).

Вакурин А. Н., кандидат педагогических наук, доцент, Томский государственный педагогический университет (ул. Киевская, 60, Томск, Россия, 634061).

Смышляев А. В., кандидат биологических наук, доцент, Томский государственный педагогический университет (ул. Киевская, 60, Томск, Россия, 634061).

Information about the authors

Smyshlyayev K. A., Candidate of Pedagogical Science, Tomsk State Pedagogical College (ul. Krylova, 12a, Tomsk, Russian Federation, 634029).

Vakurin A. N., Candidate of Pedagogical Science, Associate professor, Tomsk State Pedagogical University (ul. Kiyevskaya, 60, Tomsk, Russian Federation, 634061).

Smyshlyayev A. V., Candidate of Biological Sciences, Associate professor, Tomsk State Pedagogical University (ul. Kiyevskaya, 60, Tomsk, Russian Federation, 634061).

Статья поступила в редакцию 27.11.2023; принята к публикации 01.07.2024

The article was submitted 27.11.2023; accepted for publication 01.07.2024