

## Проект «Здоровье педагога»

**Куратор проекта: методсит ИМЦ, к.п.н. В.В. Нечепуренко**

Проблема здоровья учителя заслуживает большого внимания, так как от состояния его здоровья зависит качество учебно-воспитательного процесса. Кроме того, здоровье учителя является важнейшей частью педагогической деятельности и характеристикой личности педагога XXI века.

Существование современного педагога протекает на фоне жизни его страны, и страдает он от тех же проблем, что и остальные граждане. Но есть в его жизни своя специфика: педагогическая профессия – здоровье разрушающая. Это обусловлено рядом причин. Во-первых, профессию педагога можно отнести к «группе риска» по частоте нарушений здоровья и серьезности протекающих заболеваний, во-вторых, отмечена устойчивая связь между педагогическим стажем и уровня здоровья (чем больше стаж, тем хуже здоровье).

На протяжении последних десятилетий проблема сохранения здоровья педагога в образовательном учреждении стала особенно острой. Сохранение и укрепление здоровья педагога, создание благоприятной психологической обстановки в педагогическом коллективе является залогом благополучного успеха в деятельности образовательного учреждения.

Данный проект направлен на формирование потребности учителя быть здоровым, разумно сохранять и укреплять свое здоровье, обеспечивая тем самым активное профессиональное долголетие. Реализация данного проекта обеспечивает методическую поддержку педагогам в поиске полезной информации по актуальным вопросам и непосредственное использование ее в своей профессиональной деятельности.

Проект состоит из трех блоков: теоретический, практический и личностный. Задачи теоретического блока направлены на выявление факторов, оказывающих влияние на формирование здоровья учителя, и определение степени готовности учителя к здоровьесберегающей деятельности. Содержание практического блока предполагает овладение способами реализации теоретических знаний о здоровье, а также методиками профилактики синдрома эмоционального выгорания. Личностный блок определяет индивидуальную готовность педагога к здоровьесберегающей деятельности.

### **Цель:**

Формирование у педагогов умения и желания заботиться о своем здоровье, потребности в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как залого успешности в профессиональной деятельности.

### **Задачи:**

1. Обеспечить необходимые условия в ОУ по снижению факторов риска, ухудшающих здоровье учителя.
2. Оказывать содействие педагогам в профилактике развития синдрома эмоционального выгорания в профессиональной деятельности.
3. Формировать у педагогов умения и желания заботиться о своем здоровье и эмоциональном благополучии как залого успешности в педагогической деятельности.
4. Способствовать повышению готовности педагогов к здоровьесберегающей профессиональной деятельности, в т.ч. готовность к сохранению и укреплению собственного здоровья и здоровья обучающихся.
5. Обеспечить условия для самореализации педагогов, совершенствования личностно-профессиональной деятельности в области здоровьесбережения.

## Мероприятия на 2016-2020 гг.

Задача проекта	Срок решения задачи	Мероприятия	Результат
<b>Теоретический блок</b>			
Обеспечить необходимые условия в ОУ по снижению факторов риска, ухудшающих здоровье учителя.	<b>2016-2020</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Аутодиагностика и самоанализ по выявлению факторов риска, ухудшающих здоровье учителя.</li> <li>2. Мониторинг безопасной образовательной среды для всех участников образовательного процесса.</li> <li>3. Педагогический анализ здоровьесберегающего потенциала урока.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выявление уровня здоровья педагогов и факторов, его определяющих.</li> <li>2. Разработка модели здоровьесберегающей деятельности педагога в образовательном процессе.</li> <li>3. Поддержание благоприятного психологического климата в школе.</li> </ol>
<b>Практический блок</b>			
Оказывать содействие педагогам в профилактике развития синдрома эмоционального выгорания в профессиональной деятельности.	<b>2016-2020</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение постоянно-действующего семинара «Повышение эмоциональной устойчивости педагогов».</li> <li>2. Профилактические антистрессовые и восстановительные меры.</li> <li>3. Социально-педагогические тренинги: «Формирование коммуникативной культуры»; «Повышение эмпатийности у педагогов»; «Психическая и физическая саморегуляция»; «Психогигиена и психопрофилактика»; Игровые тренинги.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повышение трудоспособности, предупреждение перегрузок нервной системы.</li> <li>2. Формирование у педагогов навыков саморегуляции.</li> <li>3. Организация системы психологической поддержки в организации учебно-воспитательного процесса.</li> <li>4. Создание комнаты психологической разгрузки с целью организации более благоприятной психологической атмосферы в педагогическом коллективе.</li> <li>5. Разработка индивидуальных программ оздоровления с учетом индивидуальных особенностей педагога.</li> </ol>
Формировать у педагогов умения и желания заботиться о своем здоровье и эмоциональном благополучии как залого успешности в педагогической деятельности.	<b>2016-2020</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение тематических семинаров по повышению уровня здоровьесберегающей деятельности, развитию коммуникативных навыков и др. в рамках «внутрифирменного»</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Информирование педагогов в вопросах здоровья и ЗОЖ.</li> <li>2. Повышение уровня профессиональной деятельности педагогов.</li> <li>3. Вооружение педагогов знаниями, умениями и</li> </ol>
Способствовать повышению готовности педагогов к здоровьесберегающей профессиональной деятельности, в т.ч. готовность к сохранению и укреплению	<b>2016-2020</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение тематических семинаров по повышению уровня здоровьесберегающей деятельности, развитию коммуникативных навыков и др. в рамках «внутрифирменного»</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Информирование педагогов в вопросах здоровья и ЗОЖ.</li> <li>2. Повышение уровня профессиональной деятельности педагогов.</li> <li>3. Вооружение педагогов знаниями, умениями и</li> </ol>

собственного здоровья и здоровья обучающихся.		обучения. 2. Участие в районных семинарах и методических объединениях по направлению здоровьесбережение. 3. Индивидуальные и выездные консультации. 4. Создание электронного офиса «Школа здоровья».	навыками, необходимыми для принятия разумных решений по поводу личного здоровья и здоровья учащихся. 4. Положительная динамика здоровья учителя, повышение профессионального мастерства педагогов.
<b>Личностный блок</b>			
Обеспечить условия для самореализации педагогов, совершенствования личностно-профессиональной деятельности в области здоровьесбережение.	<b>2016-2020</b>	1. Организация и проведение конкурсов по направлению «здоровье» районного уровня. 2. Организация и проведение районных семинаров, совещаний, научно-практических конференций по обмену опытом педагогической деятельности в области здоровьесбережения. 3. Популяризация деятельности педагогов, пропагандирующих здоровый образ жизни. 4. Участие в мероприятиях спортивно-оздоровительной направленности.	1. Вовлечение педагогов в конкурсное движение районного, городского и других уровней по направлению «здоровье». 2. Привлечение педагогов к участию в итоговых научно-практических конференций по обмену опытом педагогической деятельности (школьные, районные). 3. Возможность распространения собственного педагогического опыта на районном и городском уровнях. 4. Система работы по формированию и развитию ключевых здоровьесберегающих компетенций педагогов.

### Ожидаемые результаты

1. Разработка и реализация мероприятий, направленных на формирование стрессоустойчивости педагогов и профилактику синдрома эмоционального выгорания.
2. Создание условий для снижения заболеваемости и уровня функциональных нарушений у педагогов.
3. Создание системы профессионального и личностного роста педагогов, направленной на решение проблем здоровьесберегающей деятельности, с целью поддержания высокой работоспособности и сохранение здоровья педагогов.
4. Создание условий для получения педагогами образовательных учреждений Красногвардейского района Санкт-Петербурга, дополнительного профессионального педагогического образования (повышения квалификации) по направлению «Здоровье педагога».

### Показатели и индикаторы программы.

№ п/п	Наименование показателя	Целевой ориентир 2020	Базовый ориентир 2016
1.	Увеличение доли педагогов с высоким	75%	50%

	уровнем удовлетворенности организацией безопасной образовательной среды для всех участников образовательного процесса и уменьшение – с низким уровнем		
2.	Доля педагогов, пропагандирующих здоровый образ жизни как условие для самореализации, совершенствования личностно-профессиональной деятельности в области здоровьесбережение	75%	50%
3.	Доля педагогов, повысивших квалификацию в области сохранения и укрепления здоровья обучающихся (от общего количества)	100%	30%
4.	Увеличение доли педагогов, у которых регистрируются благоприятные изменения в показателях синдрома эмоционального выгорания	75%	45%
5.	Доля победителей конкурсов районного и городского уровней по пропаганде здорового образа жизни к общему количеству победителей конкурсов.	100%	55%