

**Название программы - Здоровый педагог – здоровое поколение!**

Обоснование актуальности. Одной из важнейших задач образовательного процесса на сегодняшний день является создание условий для здоровьесбережения обучающихся. Но без особого внимания к здоровью педагога эту задачу достичь в полном объеме не представляется возможным. И дело не только в том, что нездоровый учитель не сможет обеспечить должное внимание подрастающему поколению. Здесь важно воспитательное воздействие педагога. Ведь полноценное воспитание – это и формирование культуры здоровья своим личным примером.

В 2020/2021 учебном году педагоги МОУ СШ № 26 активно принимали участие в профсоюзном проекте «Спортивные состязания – альтернатива профессиональному выгоранию». Все этапы проекта транслировались в социальных сетях, уверенными пользователями которых являются современные обучающиеся. Вовлечение учителей в спортивную деятельность в рамках проекта (плавание, волейбол, спортивное ориентирование, регулярные зарядки, эстафеты и пр.) привело к увеличению спортивных мероприятий, организуемых в стенах школы самими учащимися. Стал набирать популярность такой вид спорта, как спортивное ориентирование – количество посещающих дополнительные занятия возросло в два раза!

Заботясь о своем здоровье и принимая участие в различных спортивных, оздоровительных мероприятиях, педагог формирует некий образ человека активного, подвижного, веселого, целеустремленного, что является отличным примером для обучающихся.

Цели и задачи. Цель - формирование у педагогов потребности в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как главном условии успешности в педагогической деятельности.

Задачи:

- создание в школе условий для сохранения и укрепления здоровья педагогов;
- формирование умения и желания заботиться о своём здоровье;
- вовлечение в спортивно- оздоровительную деятельность педагогов;
- укрепление физического и психического здоровья через систему лекториев и тренингов;
- разработка рекомендаций педагогам и сотрудникам образовательного учреждения по теме «Здоровье педагога – залог успеха».

Сроки реализации (не ранее 2015 года)- Проект реализуется с сентября 2019 года. Все мероприятия проводятся в течение учебного года (9 месяцев). Указанные в данном проекте мероприятия запланированы на период с сентября 2022 года по май 2023 года.

Содержание проекта. Проект реализуется по трем направлениям:

- ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ
- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
- КУЛЬТУРНОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ:

Данное направление включает в себя следующие формы работы и мероприятия:

- Участие в ежегодной Спартакиаде среди работников общеобразовательных учреждений Тракторозаводского района Волгограда (март-апрель);
- Организация и участие в велопробегах (сентябрь, май-июнь);
- Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию (март-апрель);
- Организация предновогодних товарищеских матчей по волейболу (декабрь);
- Традиционное проведение Дня здоровья (7 апреля);
- Регулярные физкультминутки (в рамках Недели физической культуры и спорта, волонтерского проекта «Весенняя неделя добра»;
- Посещение бассейна (по графику);

Участие в месячнике по благоустройству территорий (октябрь, апрель);
Цветоводство – озеленение кабинетов и пространств школы (в течение учебного года).

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ:

В это направление включены такие мероприятия, как:

Психологический тренинг «Здоровый педагог – успешный педагог» (октябрь, март);

Лекции/круглые столы/практические занятия по пропаганде здорового образа жизни (по плану работы Школы);

Тренинги и упражнения на педагогических советах, посвященные снятию эмоционального напряжения и направленные на профилактику эмоционального выгорания педагога (по плану проведения педагогических советов);

Диагностика эмоционального состояния педагогов с целью выявления симптомов и их предотвращения (сентябрь, декабрь, май);

Индивидуальные консультации с психологом (при необходимости).

КУЛЬТУРНОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ

В данном направлении представлены самые разнообразные формы, виды работы педагогов:

Совместные экскурсии в каникулярное время по Волгоградской области и за ее пределами;

Совместное посещение спектаклей и концертных представлений в НЭТ, Музыкальной комедии, Царицынской опере, Волгоградской Филармонии, ЦКЗ Волгограда и др. (по графику работы);

Посещение выставок в Волгоградском ботаническом саду (по графику работы);

Участие в мероприятиях, проводимых по плану работы Школы (акции «Книгообмен», «Оживающая открытка», «Окна Победы», «Георгиевская ленточка» и др.) (По плану работы Школы);

Организация и активное участие в выставках творческих работ педагогов в рамках Дня открытых дверей Школы (апрель);

Совместное культурное празднование Дня учителя, встречи Нового года, Дня защитника Отечества, Международного женского дня и окончание учебного года;

Организация литературных гостиных и вечеров памяти;

Участие в творческих конкурсах, организуемых Профсоюзной организацией работников образования Тракторозаводского района Волгограда (по плану проведения).

География, категории и количество участников.

Основные мероприятия проекта реализуются на базе муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 26 Тракторозаводского района Волгограда»

Для реализации направления «Культурное просвещение» задействованы организации, расположенные на территории города Волгограда и Волгоградской области

Категория участников:

Администрация школы – 4 человека

Педагогические работники – 24 человека

Технический персонал – 10 человек

Учителя – ветераны – 4 человека

В реализации программы задействованы 100% членов первичной профсоюзной организации МОУ СШ № 26 (38 человек).

Организационное обеспечение проекта (приобретение формы, материалов, оборудования, инвентаря, создание рекламной продукции и т.д.).

Кадровое обеспечение:

Профессиональный союз школы, включающий 38 человек.

Материально-техническое обеспечение:

- компьютер;

- МФУ;

- Фотоаппарат;

- мультимедийное оборудование;

- доступ к сети Интернет;
- спортивный зал;
- малый актовый зал;
- учебные кабинеты;
- канцелярские принадлежности;
- Стенд «ПРОФСОЮЗ»;
- футболки с логотипом школы;
- раздатка: блокноты с логотипом школы, значки, магниты, календари.

План реализации проекта (наличие соисполнителей, взаимодействие с ними и т.д.). Программа подразумевает реализацию по трем направлениям: «Физическая активность», «Психологическое здоровье» и «Культурное просвещение». Направления программы и их содержание было составлено с учетом мнения коллектива. Информация о ходе реализации проекта транслируется на официальном сайте общеобразовательного учреждения и на страничке в социальной сети Вконтакте.

1. ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ:

Участие в ежегодной Спартакиаде среди работников общеобразовательных учреждений Тракторозаводского района Волгограда (март-апрель) – серия спортивных мероприятий, таких как плавание, игра в боулинг, волейбол, спортивное ориентирование. Организатор – Профсоюзная организация работников образования Тракторозаводского района Волгограда;

Организация и участие в велопробегах (сентябрь, май-июнь) – традиционные мероприятия, проводимые в честь Дня защиты детей или в преддверии Дня учителя;

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию (март-апрель) – ежегодные соревнования среди работников школы. Партнер – МБУ «Спортивная школа № 17» города Волгограда;

Организация предновогодних товарищеских матчей по волейболу (декабрь) – спортивное мероприятие, объединяющее всех участников образовательного процесса – учащихся, педагогов и сотрудников, родителей. Привлекаются также педагоги других образовательных учреждений;

Традиционное проведение Дня здоровья (7 апреля) – комплекс мероприятий, проводимых самими педагогами/сотрудниками МОУ СШ № 26;

Регулярные физкультминутки (в рамках Недели физической культуры и спорта, школьного волонтерского проекта «Весенняя неделя добра»);

Посещение бассейна (по графику) - организатор – Профсоюзная организация работников образования Тракторозаводского района Волгограда;

Участие в месячнике по благоустройству территорий (октябрь, апрель);

Цветоводство – озеленение кабинетов и пространств школы (в течение учебного года).

2. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ:

Психологический тренинг «Здоровый педагог – успешный педагог» (октябрь, март) - тренинг проводится штатным педагогом-психологом МОУ СШ № 26;

Лекции/круглые столы/практические занятия по пропаганде здорового образа жизни – данные мероприятия проводятся в соответствии с Планом работы школы на учебный год или по запросу самих сотрудников. Организаторы – администрация, учителя физической культуры и биологии;

Тренинги и упражнения на педагогических советах, посвященные снятию эмоционального напряжения и направленные на профилактику эмоционального выгорания педагога - по плану проведения педагогических советов, организатор штатный педагог-психолог МОУ СШ № 26;

Диагностика эмоционального состояния педагогов с целью выявления симптомов и их предотвращения (сентябрь, декабрь, май) - проводится штатным педагогом-психологом МОУ СШ № 26;

Индивидуальные консультации с психологом (при необходимости).

3. КУЛЬТУРНОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ

Совместные экскурсии в каникулярное время по Волгоградской области и за ее пределами – проводятся при поддержке Профсоюзной организации работников образования Тракторозаводского района Волгограда;

Совместное посещение спектаклей и концертных представлений в НЭТ, Музыкальной комедии, Царицынской опере, Волгоградской Филармонии, ЦКЗ Волгограда и др. - проводятся при поддержке Профсоюзной организации работников образования Тракторозаводского района Волгограда;

Посещение выставок в Волгоградском ботаническом саду - проводятся при поддержке Профсоюзной организации работников образования Тракторозаводского района Волгограда;

Участие в мероприятиях, проводимых по плану работы Школы (акции «Книгообмен», «Оживающая открытка», «Окна Победы», «Георгиевская ленточка» и др.) 0 проводятся по плану работы Школы, организаторами чаще всего выступают учащиеся;

Организация и активное участие в выставках творческих работ педагогов в рамках Дня открытых дверей Школы – традиционное апрельское мероприятие, организуемой администрацией школы;

Совместное культурное празднование Дня учителя, встречи Нового года, Дня защитника Отечества, Международного женского дня и окончание учебного года – проводится при поддержке первичной профсоюзной организации МОУ СШ № 26;

Организация литературных гостиных и вечеров памяти - проводится при поддержке первичной профсоюзной организации МОУ СШ № 26;

Участие в творческих конкурсах, организуемых Профсоюзной организацией работников образования Тракторозаводского района Волгограда (по плану проведения).

Источники финансирования проекта: Средства первичной профсоюзной организации МОУ СШ № 26.

Основные результаты: 100% коллектива приняли участие в мероприятиях программы.

1. ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ:

Команда МОУ СШ № 26 приняла участие в ежегодной Спартакиаде среди работников общеобразовательных учреждений Тракторозаводского района Волгограда (команда из 12 человек), в велопробегах (не менее 5-ти человек); 100% участие коллектива в ежегодные соревнования среди работников школы, проведены предновогодние товарищеские матчи по волейболу;

100 % участие коллектива в мероприятиях, проводимых в рамках Дня здоровья;

Не менее 10 человек посещают бассейн;

100 % участие коллектива в месячнике по благоустройству территорий;

Озеленено более 50% кабинетов и помещений школы общими усилиями коллектива.

2. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ:

100 % участие педагогического коллектива в психологическом тренинге «Здоровый педагог – успешный педагог»;

Проведено не менее 4 лекций по здоровому образу жизни, в которых приняли участие более 80% членов коллектива;

100 % участие педагогическим работников в тренингах и упражнениях на педагогических советах, посвященных снятию эмоционального напряжения и направленных на профилактику эмоционального выгорания педагога;

100 5 участие педагогических работников в диагностике эмоционального состояния педагогов с целью выявления симптомов и их предотвращения, и положительная динамика, символизирующая снижение тенденции эмоционального выгорания среди педагогов.

Индивидуальные консультации с психологом - не менее 3-х каждый квартал.

3. КУЛЬТУРНОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ

Не менее 4-х совместных экскурсий в каникулярное время по Волгоградской области и за ее пределами;

Совместное посещение спектаклей и концертных представлений в НЭТ, Музыкальной комедии, Царицынской опере, Волгоградской Филармонии, ЦКЗ Волгограда и др. – не менее 3-х каждый месяц;

Посещение выставок в Волгоградском ботаническом саду – не менее 1 каждый месяц;
Участие в мероприятиях, проводимых по плану работы Школы (акции «Книгообмен», «Оживающая открытка», «Окна Победы», «Георгиевская ленточка» и др.) – 100% участие педагогических работников в запланированных мероприятиях;

Организация и активное участие в выставках творческих работ педагогов в рамках Дня открытых дверей Школы – участие не менее 50% работников школы;

Совместное культурное празднование Дня учителя, встречи Нового года, Дня защитника Отечества, Международного женского дня и окончание учебного года;

Организация литературных гостиных и вечеров памяти – не менее 2-х мероприятий в год с численностью участников – не менее 15 человек;

Участие в творческих конкурсах, организуемых Профсоюзной организацией работников образования Тракторозаводского района Волгограда - не менее 3-х участников от коллектива в каждом конкурсе.

Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект:

Программа «Здоровый педагог – здоровое поколение!», реализуемая уже с 2019 года, имеет долгосрочный характер. Ежегодные акции, мероприятия, активное участие работников общеобразовательного учреждения в спортивных состязаниях района – залог не только здорового образа жизни, но и успеха в профессиональной деятельности. В дальнейшем планируется заключение соглашений с учреждениями спорта, культуры и досуга для организации сотрудничества по вопросам оздоровления, поощрения работников.

Ссылки на публикации (интернет-ресурс (сайт) или группу в социальной сети), где можно ознакомиться с публикациями и ходом реализации проекта.

<https://vk.com/moysn26>

<https://vk.com/troptzr>

Приложение №1: Фото