

Информационно-методический центр отдела образования администрации

городского округа город Буй Костромской области

Л.В. Бочагова, зав. ИМЦ отдела образования  
И.В. Татаринцева, методист ИМЦ отдела образования

### ***Круглый стол***

***«Формирование культуры здоровьесбережения современного педагога»***  
09 сентября 2016 года

**Песня «Герои спорта» (вокальный ансамбль МОУ СОШ №13 им. Р.А.Наумова). На экране презентация «Из истории Буйского спорта»**

Добрый день, уважаемые коллеги!

С 05 по 09 сентября 2016 года в Костромской области проходят мероприятия в рамках акции «Волна здоровья». Во всех муниципальных образованиях региона проводятся общегородские родительские собрания, тематические выставки, молодежные акции, флешмобы, игровые и спортивные программы, массовые зарядки, организуется тестирование норм сдачи ГТО.

В нашем городе в рамках проведения акции «Волна здоровья» проходит Круглый стол «Формирование культуры здоровьесбережения современного педагога».

На «Круглом столе» присутствуют: глава городского округа город Буй Валерий Васильевич Катышев, депутат Костромской областной Думы Олег Николаевич Скобёлкин, представители департамента образования и науки Костромской области, работники здравоохранения, руководители и педагоги образовательных учреждений, социальные партнеры.

***Слово для приветствия предоставляется главе городского округа город Буй Валерию Васильевичу Катышеву***

***Слово для приветствия предоставляется депутату Костромской областной Думы Олегу Николаевичу Скобёлкину***

***Слово для приветствия предоставляется представителю департамента (?)***

**Валенкова О.В.**

Уважаемые коллеги! Круглый стол мне хотелось бы начать со слов древнего мыслителя и философа Конфуция: Будьте добрыми, если захотите;

Будьте мудрыми, если сможете;

Но здоровыми вы должны быть всегда.

Здоровье, по определению Всемирной организации здравоохранения. – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия.

Особого внимания заслуживает проблема здоровья учителя, так как здоровье учащихся находится в тесной связи со здоровьем педагога. С целью формирования социально-психологической установки на сохранение психического и физического здоровья педагогов в нашем городе реализуется программа «Будь здоров, учитель!», основными направлениями которой являются:

- мониторинговые исследования состояния здоровья педагогов (*профосмотры и диспансеризация*);
- консультационная и просветительская работа (*информационно-образовательные мероприятия по пропаганде здорового образа жизни педагогов*);
- спортивно-оздоровительная работа
- контроль и управление процессом оздоровления в педагогической среде (*создание структур и механизмов управления процессом оздоровления педагогов*).

Учитель, обладающий культурой здоровьесбережения является примером для учеников и формирует у них такое же отношение к своему здоровью. О состоянии здоровья педагогов в нашем муниципалитете и проведении диагностических и лечебно-профилактических мероприятий расскажет врач-терапевт Буйской центральной районной больницы Макушина Ольга Николаевна.

### ***Выступление Макушиной О.Н.***

Путь каждого к здоровью должен начинаться с желания, а желание быть здоровым рождает сильную мотивацию к ведению здорового образа жизни, который подразумевает целый комплекс норм поведения, в том числе двигательную активность.

***Слово предоставляется учителю физкультуры МОУ СОШ №13 им. Р.А. Наумова, руководителю секции «Тай-бо» Блохиной Елене Николаевне***

Обрести гармонию, душевное спокойствие и равновесие, привести организм в хорошую физическую форму помогут занятия йогой.

***Мы приглашаем к разговору Тихову Наталию Сергеевну, инструктора по йоге и пилатесу***

Проявлять двигательную активность можно не только в свободное от работы время, но и в течение рабочего дня. Поддержке работоспособности, уменьшению эмоционального напряжения способствует производственная гимнастика. Занятия гимнастикой на производстве отнимают лишь несколько минут рабочего времени, но они приносят неоценимую пользу. Итак, производственная гимнастика.

### ***Производственная гимнастика. Котов***

Полноценной программной и нормативной основой физического воспитания населения страны является Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО). Легендарная советская аббревиатура вернулась в нашу жизнь.

***Слово предоставляется заместителю директора по организации работы Центра тестирования «ГТО» Бабочкиной Любови Николаевне***

Основу профессионального здоровья составляет психическое здоровье. Профессия педагога, как известно, относится к профессиям типа «человек-человек», что связано с высокими эмоциональными тратами. Недостаток энергии и энтузиазма, утрата способностей видеть положительные результаты своего труда ведет к профессиональному выгоранию. По статистике 70% учителей имеют диагностированное профессиональное выгорание.

***Слово предоставляется педагогу-психологу МОУ СОШ №2 Герасимовой Светлане Николаевне***

Один из способов сохранить психологическое здоровье, не используя помощь специалиста, - это занятие любимым делом (хобби). Неоднократно проводились городские конкурсы, раскрывающие творческий потенциал педагогов. О том, как хобби влияет на эмоциональное состояние учителя, расскажет Смирнова Наталья Валерьевна, заместитель директора МОУ СОШ №37.

### ***Выступление Смирновой Н.В.***

Любой вид активного отдыха снимет психологическое напряжение, зарядит новой энергией, поможет обрести единомышленников и новых друзей. Утверждение «движение — это жизнь», в очередной раз подтверждается. Об активном отдыхе педагогов в свободное от работы время расскажет учитель физкультуры МОУ СОШ №2 Варенцова Маргарита Николаевна.

### ***Выступление Варнецовой М.Н.***

Неотъемлемые части человеческого здоровья является духовное здоровье. Достигается оно умением жить в согласии с собой, с родными, друзьями, коллегами и обществом в целом. Достижению духовного здоровья способствует в том числе и обращение к традиционным православным ценностям.

### ***Слово предоставляется Благодичному Буйского и Сусанинского районов протоиерею отцу Аркадию (Климову)***

Составной частью государственной политики и важным разделом национальной системы здравоохранения является санаторно-курортное лечение, которое позволяет целенаправленно и эффективно осуществлять профилактику заболеваний.

### ***Слово предоставляется председателю профсоюзной организации работников образования Серовой Елене Ивановне***

Сегодня, очевидно, что каждая школа должна стать школой здоровья, а сохранение и укрепление здоровья педагогов также должно стать приоритетной функцией образовательной организации. В рамках реализации программы «Будь здоров, учитель!» мы предлагаем провести следующую работу:

1. Организовать на уровне образовательных организаций психологическое сопровождение педагогов;
2. Расширить существующие формы неформального педагогического общения (спортивные секции, клубы по интересам, тренинги, направленные на профилактику профессионального выгорания и т.д.);
3. Способствовать поддержанию благоприятных условий труда (чередование труда и отдыха во время рабочего дня, создание надлежащих гигиенических условий труда, соблюдение техники безопасности и т.п.)

Информационно-методический центр отдела образования администрации  
городского округа город Буй Костромской области

Предлагаем вам принять участие в обсуждении данных мероприятий и внести свои предложения.

***Обсуждение предложенных мероприятий***

Благодарим вас за активное участие в работе Круглого стола и желаем вам сил для всех жизненных дел!

***Видеоролик «Желаем вам сил для всех жизненных дел!»***