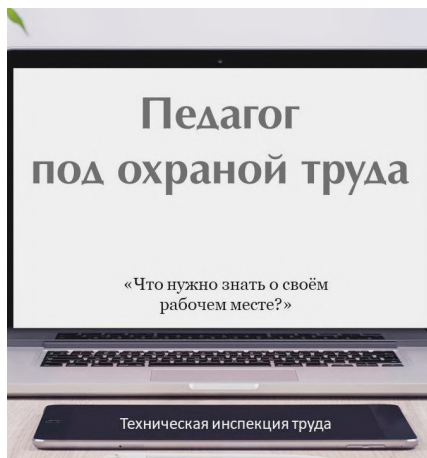
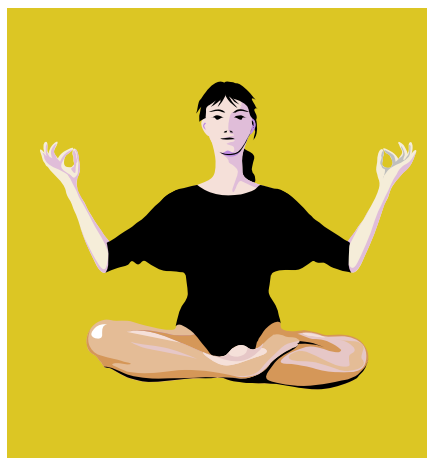


НА ЗДОРОВЬЕ!

1 ФЕВРАЛЯ - 1 ИЮЛЯ 2022

ИТОГИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА



Проект реализован в рамках регионального грантового конкурса для социально ориентированных некоммерческих организаций Кировской области 2021 года, организованного министерством внутренней политики Кировской области при поддержке Фонда президентских грантов.



В 2021 году Кировской областной организацией Общероссийского Профсоюза образования создан Клуб единомышленников "Время быть здоровым".

Из-за высокой физической нагрузки, эмоционального напряжения многие педагоги испытывают проблемы со здоровьем. Проект «На здоровье!» направлен на формирование мотивации к комплексному подходу по сохранению и укреплению здоровья педагогов Кировской области.



**ВСЕМИРНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ОПРЕДЕЛЯЕТ ЗДОРОВЬЕ КАК**

**СОСТОЯНИЕ ПОЛНОГО
ФИЗИЧЕСКОГО,
ПСИХИЧЕСКОГО И
СОЦИАЛЬНОГО
БЛАГОПОЛУЧИЯ.**

В 2021 году Кировской областной организацией Общероссийского Профсоюза образования создан Клуб единомышленников «Время быть здоровым». Деятельность Клуба направлена на проведение мероприятий по пропаганде ЗОЖ вне трудовой деятельности молодых педагогов региона. В рамках проекта «На здоровье!» расширена работа по формированию мотивации к комплексному подходу по сохранению и укреплению здоровья педагогов региона за счёт увеличения аудитории по возрасту и нацеленности на здоровьесбережение преимущественно в рамках профессиональной деятельности.



Мероприятия проекта были обращены на все типы здоровья:

1) **физическое** – организация образовательных мероприятий по охране труда, здоровому питанию; проведение заочных соревнований «Мы на спорте»; создание видеоинструкций по физической активности на рабочем месте; организация интеллектуальной игры по теме ЗОЖ;

2) **психическое** – организация образовательных мероприятий по сбережению психического здоровья на рабочем месте, мастер-класса по профилактике эмоционального выгорания, тренингов «Антистресс»; проведение марафона по развитию эмоционального интеллекта;

3) **социальное** – проведение конкурса по оценке пространства для отдыха педагога «Учительская»; организация флешмоба «Педагог вне стен»; оценка достижений педагогов по результатам участия в мероприятиях проекта; обмен опытом в формате «Научу за 5 минут»; постановка спектакля по технологии социального театра на тему социального и эмоционального благополучия педагога.

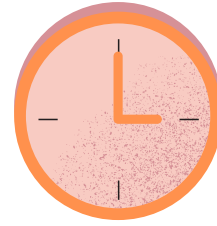
Проектом подразумевалась подача заявок на каждое мероприятие. По итогам участия 70 самых активных педагогов были приглашены на завершающее событие проекта – **встречу членов Клуба единомышленников**.

Участники проекта прошли несколько опросов. Их итоги отражены в пособии «Карта здоровья педагога» и обсуждены в формате World Cafe.

По итогам реализации проекта состав Клуба единомышленников увеличился, в него вошли не только молодые педагоги области, но и педагоги старше 35 лет.



Педагоги любого
возраста из
образовательных
организаций Кировской
области



Комфортные и
удачные сроки
проведения, когда
необходимо
поднять тонус, дух
педагога в конце
учебного года



Дистанционный,
заочный и очный
этапы



ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Формирование положительной мотивации у педагогов Кировской области к комплексному подходу по сохранению и укреплению собственного здоровья.

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

1. Провести оценку физического, психического и социального здоровья педагогов и возможностей его развития на рабочем месте посредством анкетирования. Выработать рекомендации.
2. Организовать мероприятия, направленные на формирование положительной мотивации к комплексному подходу по сохранению и укреплению педагогами собственного здоровья (физического, психического, социального) преимущественно на рабочем месте.
3. Привлечь внимание педагогов посредством информационной кампании в сети Интернет к необходимости применения комплексного подхода по сохранению и укреплению собственного здоровья.



Будет как и что вспомнить:

видеоинструкции, фотоматериалы и видеотрейлеры, пособие "Карта здоровья педагога", записи вебинаров.

Мотивационный аспект участия:

- стать членом Клуба;
- получить уникальный "здоровый" контент о комплексном подходе к укреплению собственного здоровья преимущественно на рабочем месте;
- выиграть полезные призы для укрепления своего здоровья;
- стать одним из участников итоговой встречи, активно участвуя в дистанционном и заочном этапах проекта.



Дистанционный и
заочный этапы

1 февраля 2022 -
22 апреля 2022

Zoom,
социальные сети,
Google-формы,
myQuiz, Telegram

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ БЛОК

КОНКУРСНЫЙ БЛОК

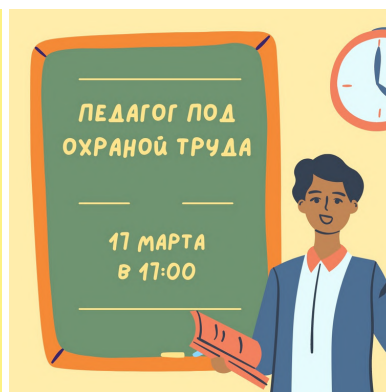
ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ БЛОК



"ГАРМОНИЯ" - образовательные вебинары по вопросам сохранения различного типа здоровья:

- *физического (охрана труда, питание на рабочем месте);*
- *психического (сохранение его на рабочем месте);*
- *социального (коммуникация на рабочем месте).*



ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ: КАК ЕГО
СОХРАНИТЬ НА
РАБОТЕ?



24 марта в 16:00

Профсоюз образования Кировской области
14 фев в 10:33

Запись вебинара "Опасные связи. Коммуникации на рабочем месте".

Спикер: Елена Станиславовна Елшина, секретарь, заведующий отделом по связям с общественностью аппарата Общероссийского Профсоюза образования.

#наздоровье #Кировскаяобласть



Вебинар "Опасные связи. Коммуникации на рабочем месте", 10.02.2022
2 333 просмотра

Профсоюз образования Кировской области
19 фев в 10:11

Запись вебинара "Ешь. Работай. Учи. Питание на рабочем месте".

Спикер: Виктория Куршкова, нутрициолог, коуч по модификации образа жизни, тренер женских практик и Йоги.

#наздоровье #Кировскаяобласть



Запись вебинара "Ешь. Работай. Учи. Питание на рабочем месте", 17.02.2022
1 188 просмотра

Профсоюз образования Кировской области
23 мар в 10:28

Запись вебинара "Педагог под охраной труда"

Спикер: технический инспектор труда Кировской областной организации Общероссийского Профсоюза образования Игорь Заболотских

#наздоровье #Кировскаяобласть



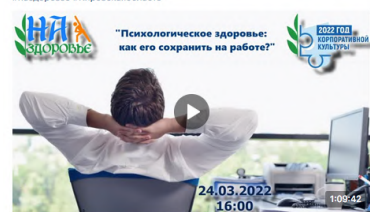
Запись вебинара "Педагог под охраной труда", 17.03.2022
38 просмотра

Профсоюз образования Кировской области
28 мар в 7:03

Запись вебинара "Психологическое здоровье: как его сохранить на работе?"

Спикер: Никитина Екатерина Леонидовна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики Вятского государственного университета.

#наздоровье #Кировскаяобласть



Вебинар "Психологическое здоровье: как его сохранить на работе?"
4 981 просмотра

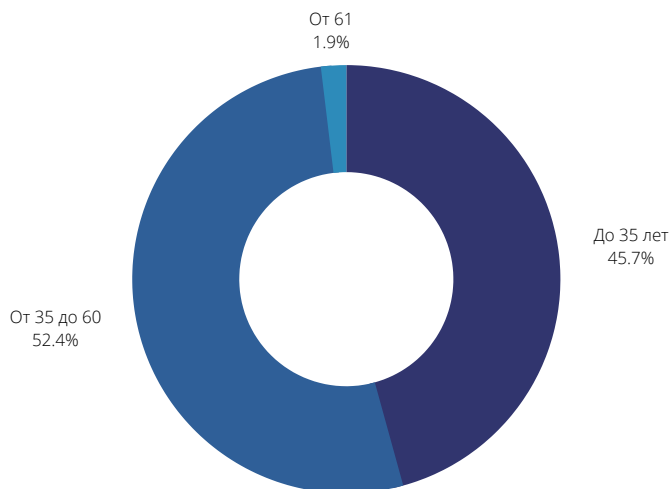
Записи вебинаров опубликованы в группе "Профсоюз образования Кировской области" в социальной сети "ВКонтакте"

**СОЦИАЛЬНОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

**ВЕБИНАР
"ОПАСНЫЕ СВЯЗИ. КОММУНИКАЦИИ НА
РАБОЧЕМ МЕСТЕ"**

ЛЕКТОР:

Елена Станиславовна Елшина, секретарь, заведующий отделом по связям с общественностью аппарата Общероссийского Профсоюза образования



Участники

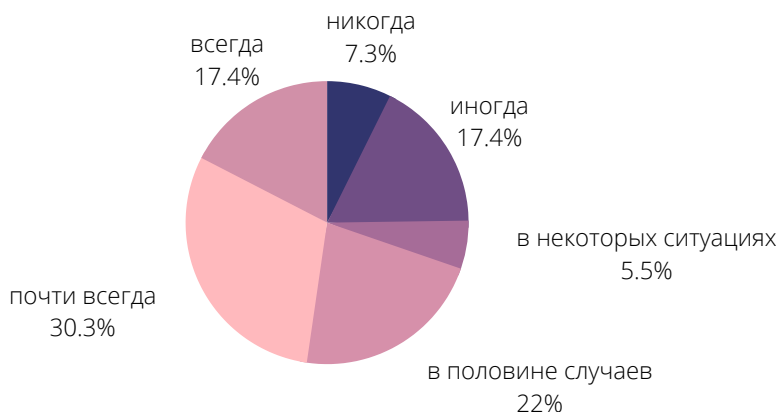
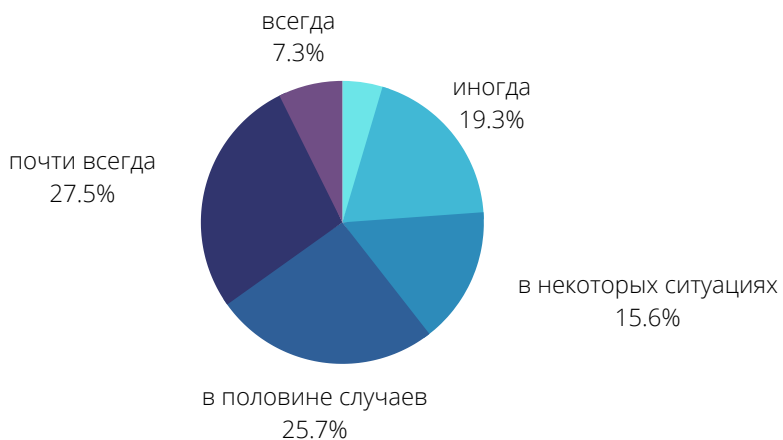


**СОЦИАЛЬНОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

АНКЕТИРОВАНИЕ

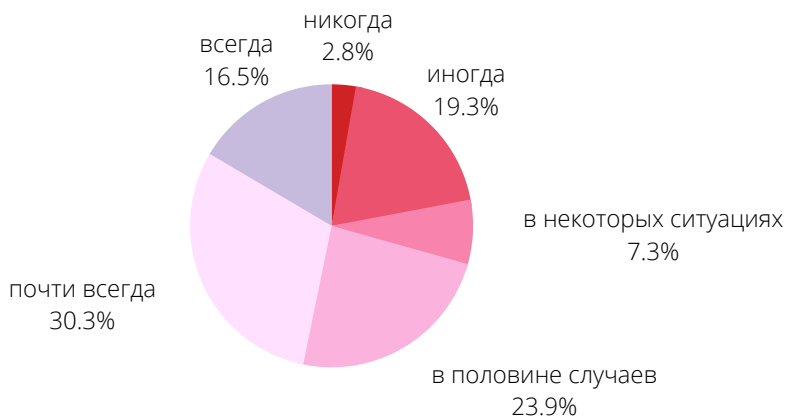
Показатели анкетирования, которые вызывают обеспокоенность

**Чувствую себя
успешным в обществе**



**Считаю, что в моём
коллективе хороший
климат**

**Отношения между
людьми в коллективе
положительные**

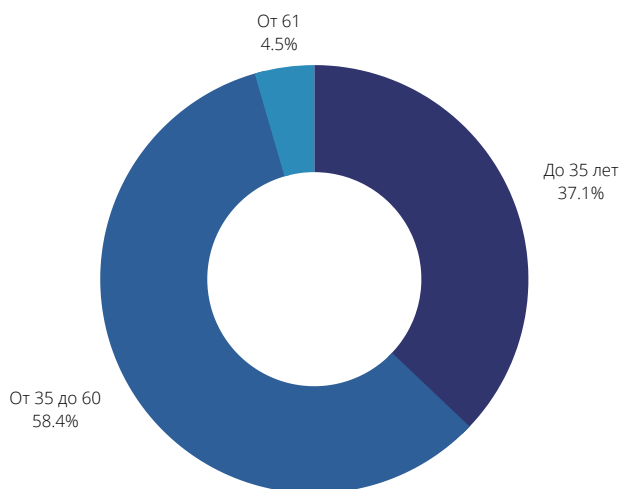


**ФИЗИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

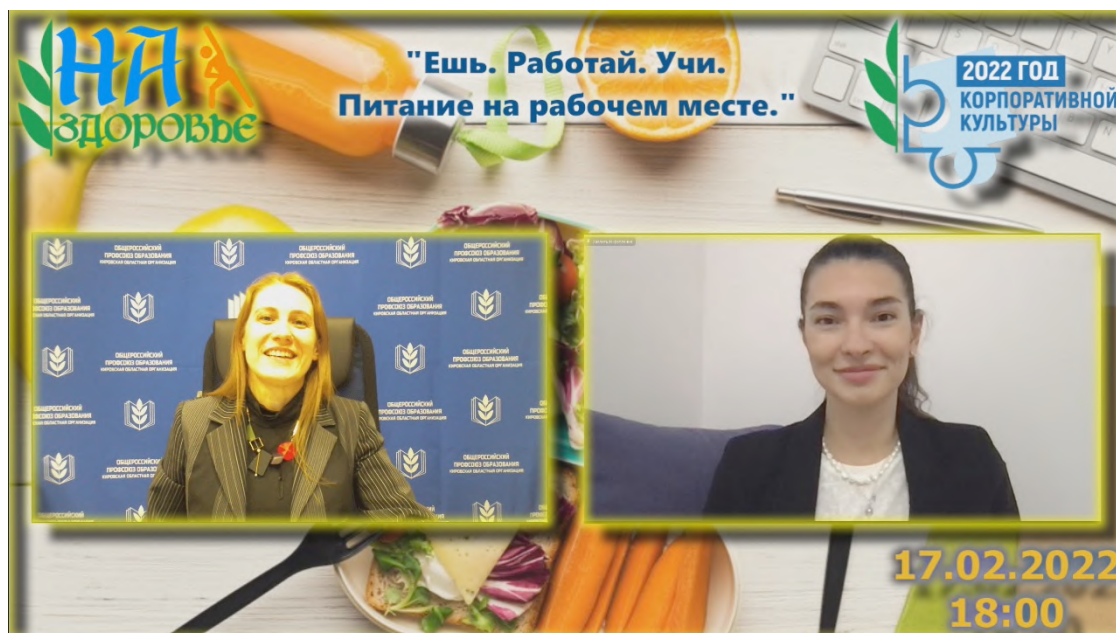
**ВЕБИНАР
"ЕШЬ. РАБОТАЙ. УЧИ. ПИТАНИЕ НА РАБОЧЕМ
МЕСТЕ"**

ЛЕКТОР:

Виктория Павловна Куршакова, нутрициолог, коуч по модификации образа жизни, тренер женских практик и йоги



Участники

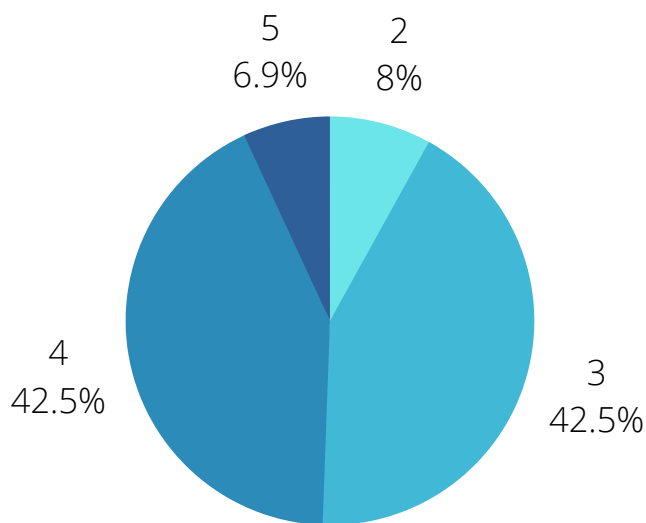


**ФИЗИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

АНКЕТИРОВАНИЕ

Показатели анкетирования, которые вызывают беспокойство

**Как Вы оцениваете работу
вашей пищеварительной
системы?**



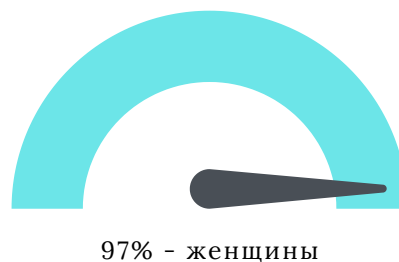
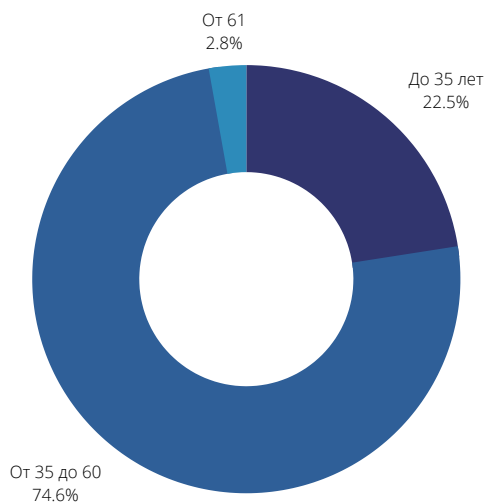
Необходимо было оценить состояние пищеварительной системы от 1 до 5 баллов (1 - минимальный балл, в значительной степени вызывает беспокойство; 5 - максимальный, ничего не беспокоит)

**ФИЗИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

**ВЕБИНАР
"ПЕДАГОГ ПОД ОХРАНОЙ ТРУДА"**

ЛЕКТОР:

Игорь Андреевич Заболотских, технический инспектор труда Кировской областной организации Общероссийского Профсоюза образования



Участники

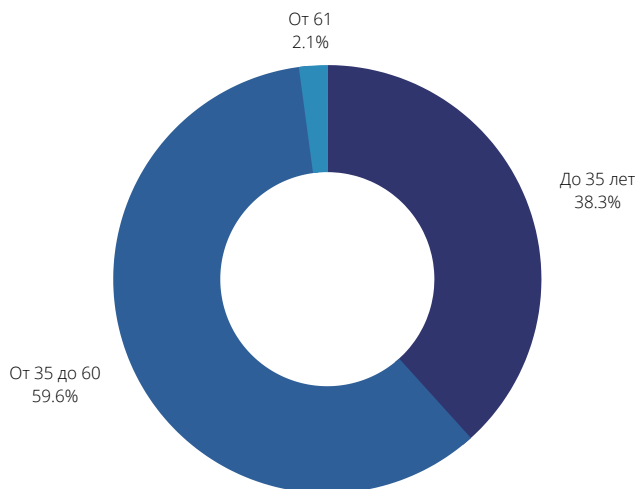


**ПСИХИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

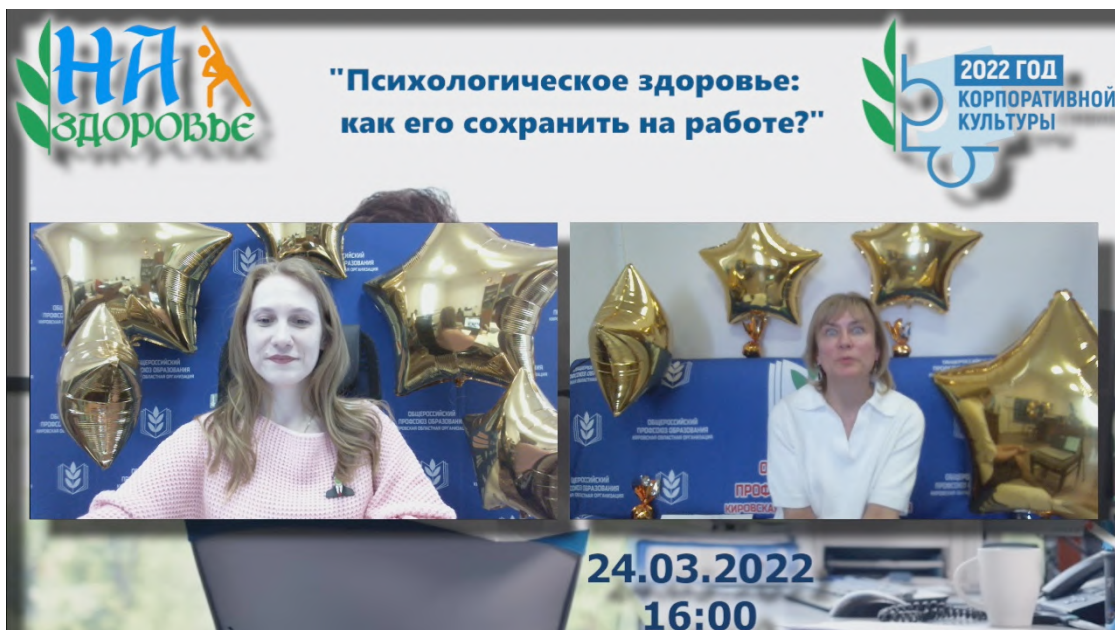
**ВЕБИНАР
"ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: КАК ЕГО
СОХРАНИТЬ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ?"**

ЛЕКТОР:

Екатерина Леонидовна Никитина, кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики Вятского государственного университета



Участники



**ПСИХИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

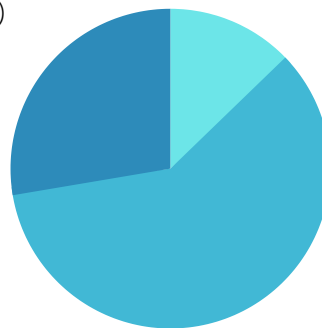
АНКЕТИРОВАНИЕ

Показатели анкетирования, которые вызывают обеспокоенность

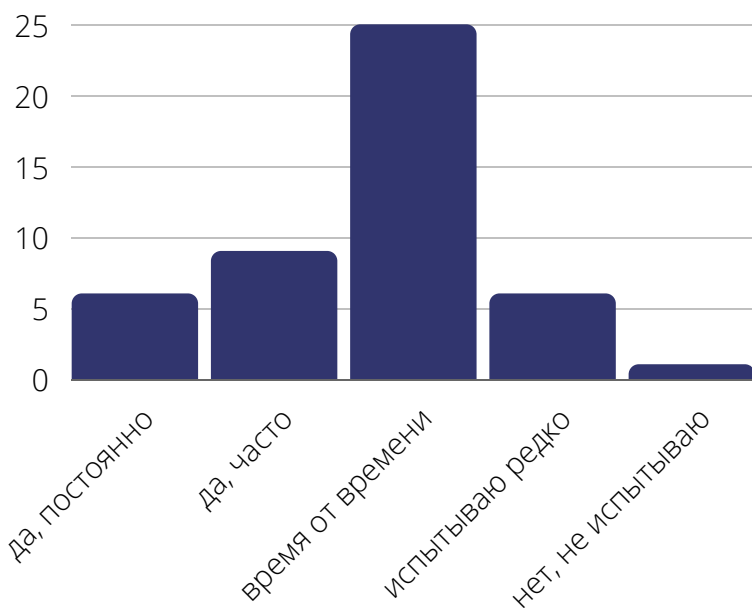
**Обеспокоены ли Вы
состоянием своего
психологического
здоровья?**

не задумывался(ась)
27.7%

нет, не обеспокоен(а)
12.8%



да, обеспокоен(а)
59.6%



**Испытываете ли Вы
стресс на рабочем
месте?**

САМОАНАЛИЗ РАБОЧЕГО МЕСТА ПЕДАГОГА

В рамках проекта в опросе приняли участие 184 работника системы образования Кировской области (173 женщины и 11 мужчин). Анализ был составлен на основе методических рекомендаций Главного государственного санитарного врача СССР от 05.02.1985 № 3212–85 и СП 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

1. Правильно ли организовано Ваше рабочее место:

1.1. Достаточно ли пространства для выполнения рабочих операций?

ДА (91,3%) НЕТ (8,7%)

(ГОСТ 18313–93 (ИСО 5970–79) «Столы учителя. Типы и функциональные размеры»)

1.2. Достаточно ли площадь рабочей поверхности по высоте, ширине, глубине?

ДА (84,8%) НЕТ (15,2%)

(ГОСТ 18313–93 (ИСО 5970–79) «Столы учителя. Типы и функциональные размеры»)

1.3. Достаточно ли пространства для размещения ног (по высоте, ширине, глубине) при выполнении работы сидя?

ДА (87,5%) НЕТ (12,5%)

(ГОСТ 18313–93 (ИСО 5970–79) «Столы учителя. Типы и функциональные размеры»)

САМОАНАЛИЗ РАБОЧЕГО МЕСТА ПЕДАГОГА

1.4. Регулируется ли Ваш рабочий стул:

1.4.1. по высоте сиденья?

ДА (25%) НЕТ (75%)

1.4.2. по высоте спинки?

ДА (13,6%) НЕТ (86,4%)

1.4.3. имеются ли подлокотники?

ДА (25%) НЕТ (75%)

(ГОСТ 22046–2016 «Мебель для учебных заведений. Общие технические условия»)

2. Удобно ли расположено на рабочем месте вспомогательное оборудование (тумбочки, стеллажи и т.п.)?

ДА (79,3%) НЕТ (20,7%)

(Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 29 октября 2021 г. N 774н «Об утверждении общих требований к организации безопасного рабочего места»)

3. Удобна ли Ваша рабочая поза?

ДА (84,2%) НЕТ (15,8%)

(Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 29 октября 2021 г. N 774н «Об утверждении общих требований к организации безопасного рабочего места»)

САМОАНАЛИЗ РАБОЧЕГО МЕСТА ПЕДАГОГА

4. Приходится ли Вам во время работы выполнять глубокие наклоны?

ДА (53,8%) НЕТ (46,2%)

(Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 29 октября 2021 г. N 774н «Об утверждении общих требований к организации безопасного рабочего места»)

5. Осуществляется ли на Вашем рабочем месте контроль температуры воздуха с помощью термометра?

ДА (79,9%) НЕТ (20,1%)

(СП 2.4.3648–20 п. 2.7.3. Контроль температуры воздуха во всех помещениях, предназначенных для пребывания детей и молодёжи, осуществляется с помощью термометров)

6. Обеспечена ли конструкция окон для проведения проветривания помещений?

ДА (95,1) НЕТ (4,9%)

(СП 2.4.3648–20 п.2.7.2. Конструкция окон должна обеспечивать возможность проведения проветривания помещений в любое время года)

ПОСОБИЕ "Карта здоровья педагога"



Материалы лекторов



Анкетирование по оценке здоровья педагога (вопросы являлись частью заявок на мероприятия проекта)



Самоанализ рабочего места педагога на предмет соответствия здоровьесберегающим технологиям



Общероссийский Профсоюз образования
Кировская областная организация

Социальное,
психическое,
физическое
здоровье

**КАРТА ЗДОРОВЬЯ
ПЕДАГОГА**

Комплексный
подход



Результаты легли в основу проведения на итоговой встрече Клуба единомышленников обсуждения вопросов по сбережению здоровья педагога в формате World Cafe для выработки вариантов работы в будущем над сохранением и укреплением здоровья членов Клуба

КОНКУРСНЫЙ БЛОК

ОБЛАСТНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ "МЫ НА СПОРТЕ" - ЗАОЧНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ, ДЕМОНСТРИРУЮЩИЕ ПРИМЕР КОМПЛЕКСА ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ, ДОСТУПНЫЙ И ВЫПОЛНИМЫЙ В СТЕНАХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.

Категории участников



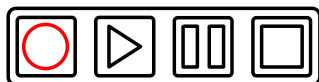
4 человека – педагоги до 35 лет



4 человека – педагоги до 35 лет (2 человека), педагоги старше 35 лет (2 человека)



4 человека – педагоги старше 35 лет



- запись выполнения 4 упражнений (1 упражнение = 1 педагог);
- выполнение разминки перед записью – обязанность участников;
- наличие в кадре часов/секундомера;
- запись не прерывается

Профсоюз образования Кировской области
4 мар в 10:01

Видеоинструкция по выполнению упражнений областных спортивных соревнований по общей физической подготовке "Мы на спорте"

Ждём ваших заявок до 28 марта 2022 года 📌

Подробнее в Положении 📄

#наздоровье #мынаспорте #Кировскаяобласть

Видеоинструкция «Мы на спорте»
4217 просмотров



Подготовлена видеоинструкция по выполнению упражнений. Опубликована в группе "Профсоюз образования Кировской области" в социальной сети "ВКонтакте"



КОНКУРСНЫЙ БЛОК

Виды упражнений:

- прыжки через скакалку,
- подъём туловища из положения лёжа,
- прыжки на месте ноги врозь,
- подтягивание ног к груди в прыжке из положения «планка».

Участвуя в соревнованиях, педагоги отработали комплекс физических упражнений, доступный и выполнимый в стенах образовательной организации.

Проведение соревнований регламентировано соответствующим Положением.



Наши спортивные герои 🏆

Областные соревнования по общей физической подготовке "Мы на спорте", прошедшие в рамках проекта "На здоровье!", в этом году оказались очень масштабными. Мы приняли 72 заявки от команд разных возрастных категорий ✨

Вы не побоялись бросить спортивный вызов самим себе. И мы считаем, что это очень смело!

Показать полностью...



ПОЛОЖЕНИЕ о проведении Областных спортивных соревнований по общей физической подготовке «Мы на спорте»

I. Общие положения

1.1 Настоящее Положение определяет порядок и сроки проведения спортивных соревнований по общей физической подготовке «Мы на спорте» (далее — Соревнования) в 2022 году в рамках реализации проекта «На здоровье!».

1.2 Проект реализуется в рамках регионального грантового конкурса для социально ориентированных некоммерческих организаций Кировской области 2021 года, организованного министерством внутренней политики Кировской области при поддержке Фонда президентских грантов.



Подготовлены видеотрейлеры по заявкам участников в каждой номинации. Опубликованы в группе "Профсоюз образования Кировской области" в социальной сети "ВКонтакте"



КОНКУРСНЫЙ БЛОК

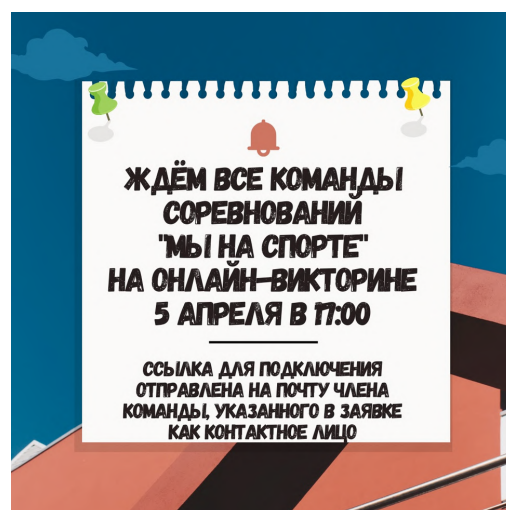
ОБЛАСТНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ "МЫ НА СПОРТЕ"

В зачёт соревнований была включена дистанционная интеллектуальная игра (онлайн-викторина) по теме здорового образа жизни, организованная на платформе myQuiz, состоящая из 30 вопросов.

Был подобран комплекс вопросов, который актуализирует общеизвестные данные на эту тему, знания, которые были получены в рамках образовательного блока «Гармония», а также включает вопросы от партнёра проекта.

Вопросы онлайн-викторины были разбиты на 7 групп (туров):

- общие вопросы,
- физическое здоровье,
- психологическое здоровье,
- физическое здоровье (охрана труда),
- вопросы от партнёра проекта - компании "Целебная радуга",
- физическое здоровье (рациональное питание),
- социальное здоровье.

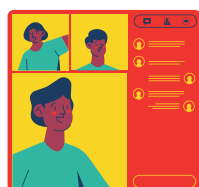


КОНКУРСНЫЙ БЛОК

ОБЛАСТНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ "МЫ НА СПОРТЕ"



Выполнение комплекса упражнений



Интеллектуальная игра



Победителям и призёрам каждой возрастной категории вручены полезные подарки, которые способствуют сбережению здоровья педагога, мотивации к ведению активной физической деятельности:



I место - фитнес-браслет каждому участнику команды-победительницы, кубок, диплом



II место - весы напольные диагностические каждому участнику команды, кубок, диплом



III место - рюкзак спортивный каждому участнику команды, кубок, диплом



КОНКУРСНЫЙ БЛОК**ОБЛАСТНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ "МЫ НА
СПОРТЕ"****В возрастной категории до 35 лет победителями стали:**

I место – «Технари ОПТ» (КОГПОАУ «Омутнинский политехнический техникум»)

II место – «ВЯТСКИЕ ВИТЯЗИ» (МКУ СШ Нолинского района)

III место – «БОБИНО ЛАЙТ» (МКОУ СОШ с. Бобино Слободского района)

В смешанной возрастной категории:

I место – «ВМЛ» (Вятский многопрофильный лицей г. Вятские Поляны)

II место – «Золотая рыбка» (МКДОУ № 61 г. Кирова)

III место – «Весёлая карусель» (МКДОУ № 21 г. Кирова)

**В возрастной категории старше 35 лет призовые места
распределились следующим образом:**

I место – «МКОУ СОШ п. Октябрьский Фаленского муниципального округа»

II место – «Спортивные девчата» (МКДОУ №27 г. Кирова (1 корпус)

III место – «ВИКТОРИЯ» (КОГОВУ СШ пгт Вахруши Слободского района)



КОНКУРСНЫЙ БЛОК

"УЧИТЕЛЬСКАЯ" - КОНКУРС ПО ОЦЕНКЕ ПРОСТРАНСТВА ДЛЯ ОТДЫХА ПЕДАГОГА СРЕДИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ, ЧТОБЫ ПРИВЛЕЧЬ ВНИМАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ К ВОПРОСУ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОСТРАНСТВА ДЛЯ ОТДЫХА ПЕДАГОГА, ОПРЕДЕЛИТЬ ПРОБЛЕМНЫЕ ЗОНЫ И РАСПРОСТРАНИТЬ ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ.

ЗАЯВКА



Фотоматериалы



Самоанализ по форме



Подается председателем
первичной профсоюзной
организации

Заявителям предлагалось описать место отдыха педагогических работников, представить фотоматериалы, подтверждающие пункты заявки.

Критерии оценки подразумевали наличие такого единого многофункционального пространства, которое способствует комплексному сохранению и укреплению здоровья педагогов на рабочем месте:

- зона релаксации (выделена чайная зона; есть живые цветы, животные, установлено стационарное мультимедийное оборудование; наличие комфортабельной мебели, использование грамотного сочетания цветов и пр.);
- зона достижений (доска почёта, стеллаж с наградными материалами педагогов и пр.);
- зона хранения (методические материалы по теме сбережения здоровья и пр.);
- зона для проведения неформальных встреч, в т.ч. мероприятий по сбережению здоровья.

КОНКУРСНЫЙ БЛОК

ПОЛОЖЕНИЕ

**о конкурсе по оценке пространства для отдыха педагога
среди образовательных организаций Кировской области
«УЧИТЕЛЬСКАЯ»**

I. Общие положения

1.1. Настоящее положение определяет порядок проведения конкурса по оценке пространства для отдыха педагога среди образовательных организаций Кировской области «УЧИТЕЛЬСКАЯ» (далее — Конкурс) в 2022 году в рамках реализации проекта «На здоровье!».

1.2. Проект реализуется в рамках регионального грантового конкурса для социально ориентированных некоммерческих организаций Кировской области 2021 года, организованного министерством внутренней политики Кировской области при поддержке Фонда президентских грантов.

Проведение конкурса регламентировано соответствующим Положением.

Положение и форма заявки являются оригинальными. Аналогов данному конкурсу на территории РФ не существует.

КОНКУРСНЫЙ БЛОК

КОНКУРС ПО ОЦЕНКЕ ПРОСТРАНСТВА ДЛЯ
ОТДЫХА ПЕДАГОГА СРЕДИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЙ КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ
"УЧИТЕЛЬСКАЯ"

По итогам оценки всех заявок можно выделить следующие проблемные зоны:

- неграмотно подобрано цветовое решение стен, мебели и пола;
- мебель, которая, по мнению заявителей, обеспечивает комфорт и уют, совершенно этому не соответствует, она морально и физически устарела;
- не ощущается «обжитость» мест отдыха, наверно, из-за отсутствия ответственного лица, который бы отвечал за развитие этого места и нехватки коллективного желания иметь здоровьесберегающую зону;
- отсутствие зонирования помещения;
- многие места отдыха педагога в школах являются примерами классических учительских – только рабочая зона.

РЕЗУЛЬТАТЫ:

I место – первичная профсоюзная организация детского сада КОГПОБУ «Кировский педагогический колледж»

II место – первичная профсоюзная организация КОГПОАУ «Уржумский аграрно-технический техникум»

III место – первичная профсоюзная организация КОГОбУ «Основная школа с. Юма» Свечинского района

КОНКУРСНЫЙ БЛОК

КОНКУРС ПО ОЦЕНКЕ ПРОСТРАНСТВА ДЛЯ
ОТДЫХА ПЕДАГОГА СРЕДИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЙ КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ
"УЧИТЕЛЬСКАЯ"



ПРИЗЫ

- кубок за I, II или III место;
- настольная психологическая игра;
- ДИПЛОМ



Для образовательных организаций, чьи заявки заняли I-III места, был организован выездной психологический тренинг "Антистресс"

Дистанционный,
заочный этапы

1 февраля -
22 апреля 2022

Google-формы,
социальная сеть
"ВКонтакте"

ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

Марафон по развитию
эмоционального интеллекта



Флэшмоб "Педагог вне стен"



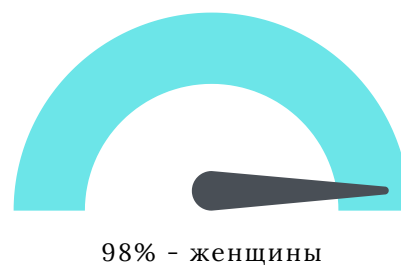
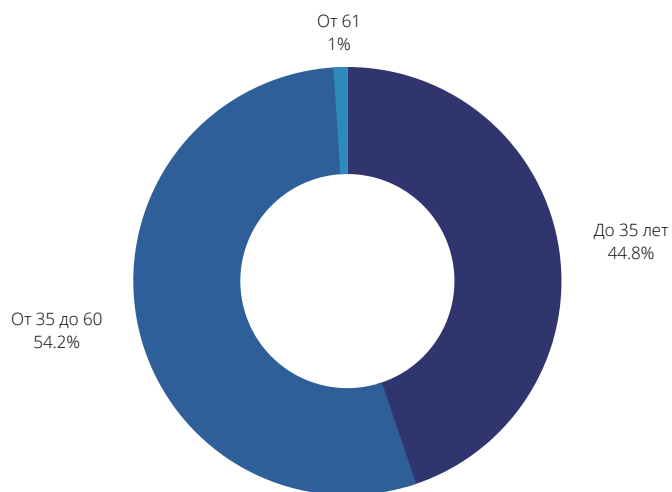
Дистанционный,
заочный этапы

4-10 апреля 2022

Google-формы,
социальная сеть
"ВКонтакте", Telegram

ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

МАРАФОН ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ИНТЕЛЛЕКТА



Участники

Регистрация до 31 марта

МАРАФОН ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

4-10 АПРЕЛЯ

Научитесь управлять собственными эмоциями и распознавать эмоции партнёров по общению

The poster features a woman with a large yellow smiley face balloon, a watermelon balloon, and a silver balloon. The background is light pink with decorative elements like stars and wavy lines.

ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

МАРАФОН ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Прослушайте аудиокнигу «Эмоциональный интеллект» Даниела Гоулмана. Напишите пост-отзыв с инсайтами (открытиями), которые возникли у вас после прослушивания. Прикрепите к посту своё фото, отражающее ваше внутреннее состояние.

Создание чек-листа экологичного выражения эмоций! Ваша задача найти и опубликовать пост с тремя подходящими способами экологичного выражения эмоций!

Фиксируйте свои эмоции (каждый час, два или три, решаете сами)! Названия эмоций есть в статье (<https://clck.ru/F8pkq>), вдруг эта подсказка вам пригодится! В своём посте поделитесь, сложно/легко, непривычно было подмечать свои эмоции!

Бесят! Так часто мы слышим эту фразу! Что скрывается под ней? Гнев!

Пройдите тест (<https://clck.ru/TgrWw>) и поделитесь своими результатами (или выводами, наметить для себя план работы).

#марафонэмоций2022

Проведена встреча участников Марафона на платформе Zoom. Провели её Наида Орлова, член Президиума Совета молодых педагогов Кировской области, и специальный гость Анна Зорина, семейный психолог и социальный педагог. Были представлены практические упражнения на развитие эмоционального интеллекта. Определено последнее задание Марафона - составить список из 100 фраз-блокировок, которые тормозят развитие.

ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

МАРАФОН ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА



Алёна Бабушкина

7 апр в 13:32

#профсоюзобразования

Задание № 3

"3 способа экологичного выражения эмоций" 😊😌😏

Многим может показаться странным простой факт, что иногда выплеснуть и экологично выразить необходимо не только негативные, но и позитивные эмоции

🌸 ВИЗУАЛИЗИРОВАТЬ

🌸 ЗАПИСАТЬ

🌸 ПРОТАНЦЕВАТЬ И ПРОДЫШАТЬ

Если в нашей голове остается место для мыслей на другие темы, то же в эмоциональном фоне есть и другие переживания. А значит это, что ни одно из них не может овладеть нами, подавить или разрушить.

#марафонэмоций2022 😊😌😏😏



Катя Овечкина

9 апр в 22:08

Заключительный день #марафонэмоций2022

Задание: выписать 100 фраз-блокировок, которые тормозят развитие и мешают жить так, как хочешь Ты. Я на такие фразы редко теперь реагирую и больше прислушиваюсь к собственным желаниям. Все таки, как бы это эгоистично не звучало, но самый важный для меня человек это Я сама.

Вот самые частые фразы-блокировки, которые мне встречались:

🚫 тебе нельзя яркие волосы, ты ж учитель 👩‍🏫 зато дети зовут Свёколкой, Революцией и Ариэль 😏

🚫 ты не должна громко говорить, смеяться и размахивать руками, ты ж девочка 👩‍🏫 зато мой муж меня заметил, когда я громче всех ржала(простите 😊) на перемене 😏

🚫 такое нельзя надевать, это для подростков, а тебе ж 30 лет 👩‍🏫 мне всего лишь 28, и если я решила ходить в разных носках и штанах с супергероями, то меня никто не остановит 😊

Спасибо организаторам, это было вдохновенно и полезно ❤️

#овечкиныфэмили #катяхвастунья



Виктория Зворыгина

9 апр в 21:08

#марафонэмоций2022

Фразы блокировки, которые меня тормозят:

🌸 чтобы быть счастливой, ты должна создать семью

🌸 будь как все

🌸 важно, что подумают окружающие

Это трудно. Я борюсь с этим каждый день. Это больно



ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

МАРАФОН ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ИНТЕЛЛЕКТА

Самыми активными участниками Марафона стали:

- ✓ Гребенева Людмила Владимировна (Свечинский район);
- ✓ Бриткова Анна Сергеевна (Уржумский район);
- ✓ Овечкина Екатерина Владимировна (Омутнинский район).

На встрече Клуба единомышленников "Время быть здоровым" они получили благодарственные письма и подарок - надувную подушку (отличный спутник в поездке на дальнее расстояние для облегчения физического состояния).



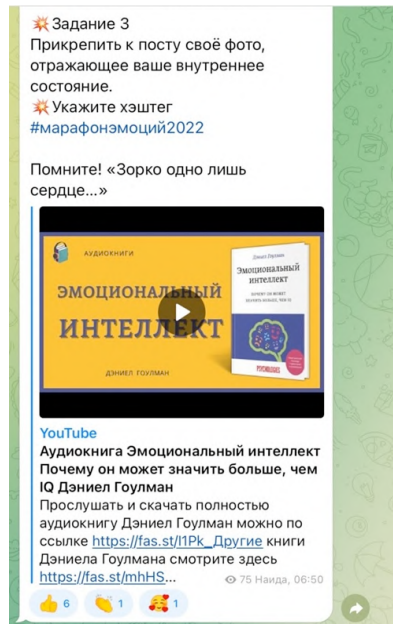
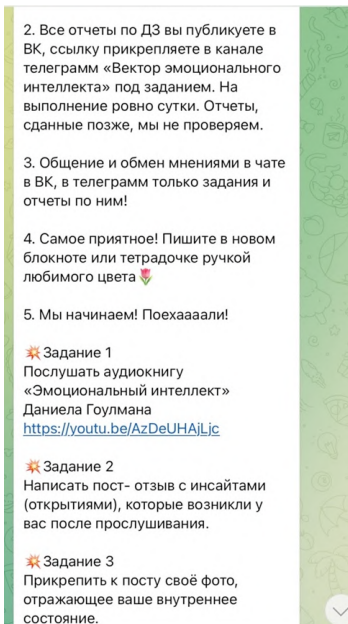
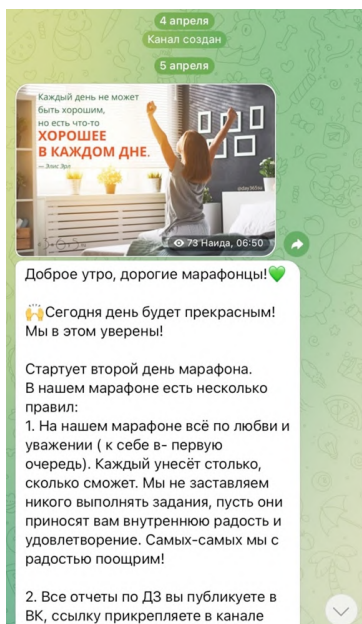
ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

МАРАФОН ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Марафон включал в себя выполнение 5 заданий по развитию эмоционального интеллекта.

25 педагогов оказались наиболее активными, которые смогли найти время, изучить вводные инструктажи и разместить результат выполнения на личных страницах в социальной сети "ВКонтакте" с использованием #марафонэмоций2022.

Педагоги отработали навык по распознаванию своих эмоций, намерений, мотивации, собственных желаний.



ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

ФЛЭШМОБ "ПЕДАГОГ ВНЕ СТЕН"

Педагогам предлагалось на личной странице в VK публиковать посты о тех местах и событиях, которые они посетили за пределами своей образовательной организации.

Здоровье - это не только про спорт или правильное питание. Здоровье - это ещё и про душевное равновесие, саморазвитие, гармонию с миром. И положительные эмоции, которые человек испытывает, бывая на разных мероприятиях или просто на природе, оказывают оздоравливающее влияние на организм.



Приняло участие 58 педагогов

ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

ФЛЭШМОБ "ПЕДАГОГ ВНЕ СТЕН"



Людмила Гребенева
30 мар в 18:28

Марафон #ПедагогВнеСтен, #Наздоровье
Свечинская ТО
"Ах, ты зимушка-зима! До чего ж ты хороша !"



Надежда Куклина
21 мар в 19:50

Прекрасные выходные, замечательный балет "Жизель"
#педагогвнестен



Анастасия Шубина
3 апр в 20:05

Я так мало уделяю время семье.. Безумно благодарна, что они понимают и принимают это 😊

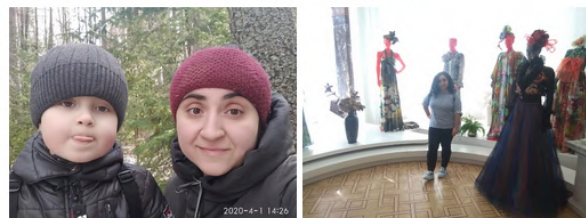
Последние часы каникул... мама пришла домой....сын, а давай в море парк 😊

#педагогвнестен



Мальвина Миронова 🧡
2 апр в 0:03

Классный флешмоб от СМП и клуб "Наставник" Кировской области - #педагогвнестен 🧡 Как раз про меня 😊😊 В лес так в лес, в театр так в театр, в музей так в музей, в путешествие так в путешествие, быть группой поддержки так быть группой поддержки, ведущей на концерте так ведущей на концерте, в кино так в кино, на КВН так на КВН, во чисто поле так во чисто поле..... И много другого! Ничего не могу с собой поделаться, не могу себе отказать 😊😊😊 Благодарна тем, кто меня поддерживает 😊😊
#педагогвнестен#наздоровье#Кировскаяобласть#профсоюзобразованияипижанскогорайона#профсоюзобразованиякировскойобласти



ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

ФЛЭШМОБ "ПЕДАГОГ ВНЕ СТЕН"

Наибольшее количество публикаций сделали:

Криулина Галина Анатольевна (Кировский многопрофильный техникум);

Лучинина Нина Владимировна (Кировский многопрофильный техникум);

Гущина Татьяна Анатольевна (детский сад "Солнышко" г. Слободского).

Особую благодарность выражаем первичной профсоюзной организации МКДОУ црр-д/с «Солнышко» г. Слободской Кировской области за яркую поддержку флэшмоба!

Все активисты отмечены благодарственными письмами и подарками (надувные подушки - отличный спутник в поездке на дальнее расстояние для облегчения физического состояния), а также нашего партнёра - банка ВТБ.



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ БЛОК

КОНКУРСНЫЙ БЛОК

ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

Дистанционный и
заочный этапы

1 февраля 2022 -
22 апреля 2022

Zoom,
социальные сети,
Google-формы,
myQuiz, Telegram

ПЛАНОВЫЙ
КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ

300 педагогов
приняли участие в
данных этапах

4 опроса

50 самоанализов
рабочих мест

4 образовательных
вебинара

ФАКТИЧЕСКИЙ
КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ

754 педагога
приняли участие в
данных этапах

4 опроса

184 самоанализа
рабочих мест

4 образовательных
вебинара

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ БЛОК

КОНКУРСНЫЙ БЛОК

ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

Дистанционный и
заочный этапы

1 февраля 2022 -
22 апреля 2022

Zoom,
социальные сети,
Google-формы,
myQuiz, Telegram

ПЛАНОВЫЙ
КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ

30 команд-участниц
в соревнованиях
"Мы на спорте"

15 заявок для
участия в конкурсе
"Учительская"

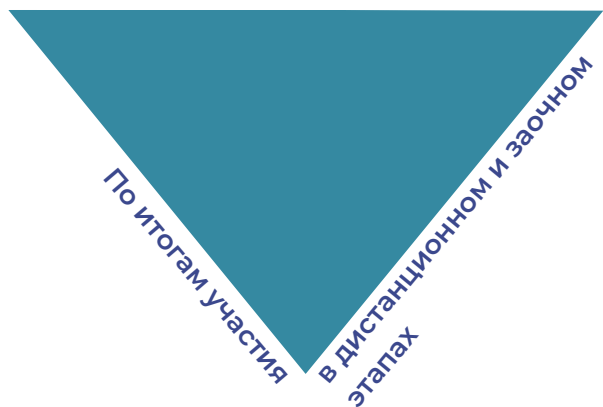
50 человек приняли
участие в марафоне
и флэшмобе в
соцсетях

ФАКТИЧЕСКИЙ
КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ

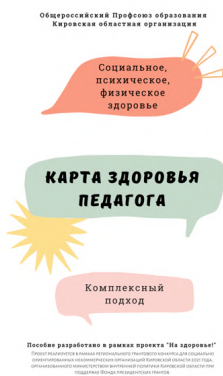
72 команды-
участницы в
соревнованиях "Мы
на спорте"

22 заявки для
участия в конкурсе
"Учительская"

154 человека
приняли участие в
марафоне и
флэшмобе в
соцсетях



70 активных педагогов были приглашены на итоговое мероприятие - встречу членов Клуба единомышленников "Время быть здоровым"



Помимо анализа опросов, самоанализа рабочих мест, в пособие включены материалы от лекторов, конкурса "Учительская"

A large vertical graphic composed of three stacked rectangular sections. The top section is orange and contains the text "Очный этап". The middle section is black and contains the dates "23 апреля 2022 - 24 июня 2022". The bottom section is yellow and contains the text "Оздоровительный лагерь, образовательные организации".

Очный этап

23 апреля 2022 -
24 июня 2022

Оздоровительный
лагерь,
образовательные
организации

ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

В рамках встречи подведены итоги конкурсного блока, организованы образовательные и практикоориентированные мероприятия, направленные на сохранение педагогом всех типов здоровья.

**Лекции по сбережению
здоровья педагога на
рабочем месте**

**Мастер-класс по профилактике
эмоционального выгорания**

**Постановка спектакля по
технологии социального
театра**

на тему социального и эмоционального благополучия педагога

**Обсуждение вопросов по
сбережению здоровья
педагога в формате World
Cafe**

**Обмен опытом формате
"Научу за 5 минут"**

по сохранению здоровья педагога на рабочем месте

**Физкультминутки на основе
видеоинструкций по
физической активности
педагога на рабочем месте**



ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

Состав участников

70 педагогов Кировской области

**12 членов организационного комитета и
приглашённых специалистов**



ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"



23 апреля (суббота)

<i>Во сколько собираемся?</i>	<i>Что будет?</i>	<i>Кто герои события?</i>	<i>Куда идти?</i>
8:00-9:30	Утренний чай для ранних пташек	Все, кто ни свет ни заря приехал в Киров	г. Киров, ул. Московская, 10, каб. 302 (3 этаж, малый зал)
9:30-9:55	Регистрация участников	Все участники встречи	Ступени Драматического театра
10:00	Отъезд от Театральной площади	Водители автобусов	Автобусы
10:50-11:10	Прибытие в лагерь, расселение	Все, кто не потеряется по дороге от автобуса до спального корпуса	ДОЛ «Алые паруса»
11:10-11:25	Открытие встречи	Таисия Алексеевна Макеева, председатель Кировской областной организации Общероссийского Профсоюза образования	Актовый зал
11:25-11:30	Педагогическая гимнастика	Те, кто хорошо разомнётся после поездки в транспорте	Актовый зал
11:30-12:20	Интерактивная лекция «Как организовать психологически здоровое рабочее пространство?»	Екатерина Леонидовна Никитина, кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики ВятГУ	Актовый зал
12:20-13:00	Обед + подготовка к мастер-классу	Те, кто хорошо подкрепится и вовремя переоденется в удобную одежду для участия в мастер-классе	Обед – столовая Подготовка к мастер-классу – спальный корпус
13:00-16:30	Мастер-класс по профилактике эмоционального выгорания (1 часть)	<ul style="list-style-type: none"> Егор Андреевич Рыбалов – ведущий специалист-игротехник компании «Наш Открытый Мир», координатор тренинговых и корпоративных программ. Сергей Михайлович Филиппов – профессиональный тренер, координатор Цигун-Центра компании «Наш Открытый Мир», мастер спорта по спортивной гимнастике, 2 Дан каратэ, отличник народного просвещения РСФСР. Елена Игоревна Филиппова – учредитель компании «Наш Открытый Мир», педагог. Константин Александрович Юдичев – музыкант, поэт, автор песен и стихов. 	Сбор в актовом зале. Затем деление на группы
16:30-16:50	Кофе-пауза	Печеньки и вафельки	Столовая

ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

16:50-18:00	Мастер-класс по профилактике эмоционального выгорания (2 часть)	<ul style="list-style-type: none"> Егор Андреевич Рыбалов – ведущий специалист-игротехник компании «Наш Открытый Мир», координатор тренинговых и корпоративных программ. Филиппов Сергей Михайлович – профессиональный тренер, координатор Цигун-Центра компании «Наш Открытый Мир», мастер спорта по спортивной гимнастике, 2 Дан каратэ, отличник народного просвещения РСФСР. Филиппова Елена Игоревна – учредитель компании «Наш Открытый Мир», педагог. Юдичев Константин Александрович – музыкант, поэт, автор песен и стихов.	Работа по группам
18:00-18:40	Ужин	Все, кто проголодался	Столовая
18:40-19:15	Обмен опытом в формате «Научу за 5 минут»	Те, кто решился поделиться своим опытом по поддержанию и укреплению здоровья	Актовый зал
19:15-19:20	Педагогическая гимнастика	Все, кто не прирастёт к стульям	Актовый зал
19:20-20:20	Лекция «О пользе социального театра для души и здоровья»	Татьяна Евгеньевна Котвицкая, режиссёр, педагог, член Союза журналистов РФ	Актовый зал
20:20-20:25	Педагогическая гимнастика	Те, кто будет активно двигаться	Актовый зал
20:25-20:30	Деление на группы	Все, кто понимает незамысловатое деление на 2 группы участников	Актовый зал
1 группа 20:30-22:30	Постановка социального спектакля	Татьяна Евгеньевна Котвицкая, режиссёр, педагог, член Союза журналистов РФ	Актовый зал
2 группа 20:30-21:10	- Лекция «Безопасные условия труда в образовательном процессе»	Игорь Андреевич Заболотских, технический инспектор труда Кировской областной организации Общероссийского Профсоюза образования	Зал на 2 этаже
21:10-22:30	- World Cafe «Здоровое проектирование»	Наталья Николаевна Филёва, председатель Совета молодых педагогов Кировской области	Зал на 2 этаже
22:30-00:00	Дискоотека	Все, кто не будет стесняться танцевать!	Актовый зал
00:00	Отбой	Все, кто не будет сильно шуметь и мешать спать другим	Спальный корпус



ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"



24 апреля (воскресенье)

<i>Во сколько собираемся?</i>	<i>Что будет?</i>	<i>Кто герои события?</i>	<i>Куда идти?</i>
7:00	Подъём	Каждый, кто проснулся и способен активничать дальше	Спальный корпус
7:50-8:00	Педагогическая гимнастика	Те, кто от души разомнёт и разогреет свои мышцы	Актовый зал
8:00-8:30	Завтрак	Все, кто понимает, что завтрак – главный приём пищи	Столовая
1 группа 8:30-9:10	- Лекция «Безопасные условия труда в образовательном процессе»	Игорь Андреевич Заболотских, технический инспектор труда Кировской областной организации Общероссийского Профсоюза образования	Зал на 2 этаже
9:10-10:30	- World Cafe «Здоровое проектирование»	Наталья Николаевна Филёва, председатель Совета молодых педагогов Кировской области	
2 группа 8:30-10:30	Постановка социального спектакля	Татьяна Евгеньевна Котвицкая, режиссёр, педагог, член Союза журналистов РФ	Актовый зал
10:30-10:40	Перерыв	Те, кто вовремя вернётся с перерыва в зал	«Окрестности» актового зала
10:40-11:10	Показ социального спектакля	Актёры и зрители	Актовый зал
11:10-11:45	Обмен опытом в формате «Научу за 5 минут»	Те, кто решился поделиться своим опытом по поддержанию и укреплению здоровья	Актовый зал
11:45-11:50	Педагогическая гимнастика	Те, кто от души разомнёт свои мышцы	Актовый зал
11:50-12:05	Лекция «Красота и здоровье – в микрофлоре»	Ольга Юрьевна Носкова, врач-диетолог, кандидат медицинских наук, руководитель ООО МНПК «Вяткабиопром» ТМ «Целебная радуга», «Семицветик»	Актовый зал
12:05-12:10	Перерыв	Все, кто ровно через 5 минут вернутся в зал	«Окрестности» актового зала
12:10-13:00	Закрытие встречи	Все участники встречи	Актовый зал
13:00-13:30	Обед	Те, кто всё съест. Ведь впереди дорога домой	Столовая
13:30-13:50	Операция «Нас здесь не было»	Те, кто оперативно соберёт свои вещи и ничего не забудет в лагере	Спальный корпус
14:00	Отъезд из лагеря	Водители автобусов, которые домчат нас до Кирова быстро и аккуратно	Площадка у входа в лагерь

ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"**ЛЕКЦИИ ПО СБЕРЕЖЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ****Темы лекций:**

- 1) "Как организовать психологически здоровое рабочее пространство?"
- 2) "О пользе социального театра для души и тела"
- 3) "Безопасные условия труда в образовательном процессе"
- 4) "Красота и здоровье - в микрофлоре"

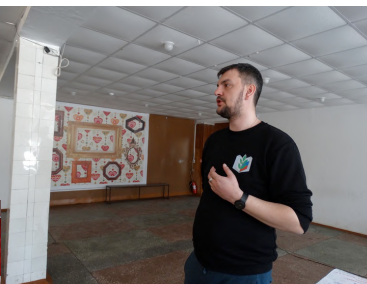
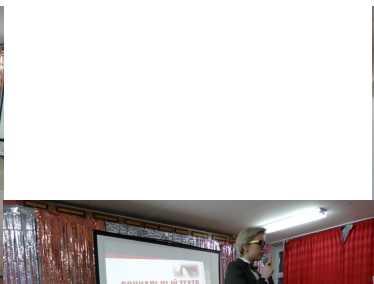
Первая и третья темы являются продолжением образовательных вебинаров "Гармония".

Лекторами совместно с участниками очной встречи Клуба единомышленников обсуждены итоги анкетирования, даны практические рекомендации.

Вторая тема раскрывает технологию социального театра, положительные стороны использования этой технологии.

В "Карте здоровья педагога" даны рекомендации по организации спектакля.

Четвёртая тема раскрывает влияние пробиотических продуктов на эмоциональное состояние людей, занятых интенсивной умственной работой.



ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

МАСТЕР-КЛАСС ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ



Демонстрация и отработка упражнений гимнастики (растягивание, самомассаж, дыхательные упражнения)



Организация чайной церемонии



Проведение подвижных игр



Проведение музыкальной терапии



ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"**ПОСТАНОВКА СПЕКТАКЛЯ ПО ТЕХНОЛОГИИ СОЦИАЛЬНОГО ТЕАТРА**

Поставлен и проведён спектакль по технологии социального театра, состоящий из пролога и 6 небольших частей (сцен), связанных одной темой.

Технология социального театра аккумулирует в себе образовательные, творческие и организационные методы работы. Спектакль служит привлекательным и понятным инструментом для выражения идеи проекта "На здоровье!".

Участники через проживание, актёрскую игру, определение проблемных вопросов, связанных с темой здоровья, формулировку ответов на них, работая по принципу «равный – равному» (обучение, при котором люди передают знания, формируют установки и способствуют привитию ответственного отношения к своему здоровью среди равных себе по возрасту, социальному статусу, имеющих сходные интересы или подверженных сходным рискам), смогли прочувствовать важность отношения к сохранению своего здоровья.

В основу постановки спектакля легли рассказы из серии книг "Куриный бульон для души" (серия мотивационных историй, основанных на реальных событиях).



ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"**WORLD CAFE**

По итогам проведённых опросов в рамках проекта "На здоровье!" 6 показателей вызывают обеспокоенность:

- хороший климат в коллективе (социальное здоровье);
- чувство успешности в обществе (социальное здоровье);
- отношения в коллективе (социальное здоровье);
- оценка работы пищеварительной системы (физическое здоровье);
- состояние психологического здоровья (психическое здоровье);
- стресс на рабочем месте (психическое здоровье).

Командам педагогов на очной встрече Клуба единомышленников предстояло обдумать идеи, мероприятия, форматы решения вопросов, связанных с сохранением и укреплением здоровья (кроме работы пищеварительной системы - нужны индивидуальные консультации специалиста, проведение медицинских анализов и следование индивидуальным рекомендациям лечащего врача) на уровне образовательной организации, района, нескольких районов, области.

Формат работы подразумевает детализацию проблематики, определение причин этой проблемы; формулировку цели, задач и конкретных мероприятий для их решения; требуемые ресурсы и показатели эффективности.



ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

WORLD CAFE

Уровень образовательной организации

ШКОЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

Цели: Повысить статус педагога!

Задачи:

1. Привлечь максимум педагогов к участию в проекте (ученики, родители, педагоги и школьные учителя) с помощью педагогов.
2. Вдохнуть педагогов "подумать, написать, сделать" (написать, написать, написать) педагогов.

Мероприятия:

- Мастер-класс
- День самоуправления
- Конкурс проб
- Самая классная классная неделя
- Конкурс "Мой любимый учитель"
- Рост педагога (он зависит от уровня учителя)
- Интерес и участие к профессии учителя

ПРОБЛЕМА:
ОБЕСЦЕНИВАНИЕ СТАТУСА ПЕДАГОГА!

Мероприятие:
Челлендж "Будь, как я!"
(разные педагоги на протяжении всего года по своему делу: зарплата, отпуск, отпуск и т.д.; кто, что придумает!)

→ Книга "Рекорды Школы"

- * Притча, фантомия, куджи
- * Юбка, розетка "сюрпризы"
- * Справочник "Факты (Важные факты) из истории"
- * Фунда в соц. сетях

→ Все классы 1-11кл.

- * Притчи уч-ся
- * Педагоги во!!! Доски
- * Создаем: Книгу рекордов
- * Юбка, розетка "сюрпризы"
- * Факт клуб
- * Фунда в соц. сетях
- * Всеобщее мероприятие
- * Обсуждение в группах (не только школьниками и педагогами)
- * Повышение статуса и интереса к профессии

Здоровье Педагога

Внутри О.О.

ПРОБЛЕМЫ

- педагог не заботится о здоровье
- не хватает времени, не хватает мотивации
- отсутствие условий для ЗОЖ
- ЖЕЛАНИЕ следить за своим здоровьем

ИДЕЯ ПРОЕКТА - СОЗДАНИЕ МОТИВАЦИИ

РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ!

ПЯТНИЧНЫЙ ЧАЙ

Цель: создание благоприятных условий для мотивации следить за своим здоровьем - коллективные мероприятия

- Бонусы - разработка системы бонусов
- Целевая аудитория: все сотрудники ОО, группы педагогов

Мероприятия: - ПАМЯТКИ, УГОЛОК ТРАВ

- Чашная церемония
- "А почему не кофе?"
- Витаминные напитки

ИЗМЕНЕНИЯ: УЛУЧШЕНИЕ:

- КРУГОГОР (его расширение)] БОНУСЫ
- ВЗАИМООТНОШЕНИЯ
- ОБМЕН ОПЫТОМ
- УЛУЧШЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

МАТЕРИАЛЫ, ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ РЕС-СЫ:

- ОРГАНИЗОВАТЬ ГРУППУ ТРАВНИКОВ
- ПРИГЛАСИТЬ СО СТОРОНЫ СПЕЦИАЛИСТА
- ЗАКУПКА ОБОРУДОВАНИЯ (посуда, травы)
- Организация пространства

Кол-во участников: ~ 70 (школа) ~ 25 (г/к)
Кол-во единиц приглашений: ~ 40 АФИШ

АНКЕТИРОВАНИЕ АНОН
ОТЗЫВ ПОД АФИШЕЙ

ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

WORLD CAFE

Районный уровень

Районный

Проблема: Не правильное планирование своего рабочего времени и отдыха!

Решение: Фестиваль идей по тайм-менеджменту

Цель проекта: создание алгоритма по планированию рабочего времени и отдыха

Задачи:

1. Изучить примерный распорядок дня учителя!
2. Разработать алгоритм своего рабочего времени!
3. Применить данный алгоритм на практике!

Целевая аудитория: ПЕДАГОГИ РАЙОНА.

Мероприятия: Анкетирование по проблеме педагогов района

РМД "Составление циклограммы рационального использования рабочего времени педагога"

Самонализ рбб времени

Фенгши:

Формат мероприятия

- онлайн/оффлайн психолога
- рабочее место (помещение)
- канцтовары (булочки...)
- сладкое призы (мультики)

Коллеги:

5 человек от ОО

Буклет на ОО, сборник ММ

инфо в соц. сетях

Анкета.

ИТОГ: Создание буклетов по данной проблеме.

УРОВЕНЬ: Р-ООН

1. Проблема: ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ.

Идея: смена вида деятельности посредством проведения ТВОРЧЕСКОГО ВЕЧЕРА (1р/квартал) 1р/мес

Педагоги перемещаются жеребьевкой.

2. Цель: создание условий для профилактики ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Задачи:

- 1) проведение ИФ-ч/а/и адаптации педагогов Р-ООН.
- 2) подготовка программы мероприятия
- 3) проведение программы
- 4) рефлексия (как, как, как?)

Целевая аудитория: педагоги района, которые испытывают желание принять участие с ПРОБЛЕМОЙ

3. Мероприятия:

- 1) подготовка листовок, видеоприглашений
- 2) слески, квесты, литературный вечер, арт-терапия, фотосессия, психотренинг.
- 3) анкетирование, отзывы в сети с фото-видео отчетом

4. Ресурсы:

- 1) Чел-ские: куратор (координатор), волонтеры (помощники), спонсоры
- 2) Материальные: канцелярия, помещение, ресурсы для тренингов

5. Кол-во участников: ~ 100 чел-к (50??)

Кол-во информ. продуктов: как-то их, кот. приняла участие

Что создано: тестирование (на начало проекта и на конец)

Продукт: о информационный ресурс с рез-тами в провед. меропр. и лучшие эмоз. сост. педагогов + восстановление сил.

ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

WORLD CAFE

Межрайонный уровень

Психологическая и правовая защита педагога от родителей

Межрайонная конференция с применением кейс-технологий "ВМЕСТЕ"

ЦА: педагоги-коллеги из соседних районов

Цель: формирование у педагогов представлений о возможных вариантах поведения в конфликтных ситуациях с родителями

Задачи: 1. Подобрать кейсы на реал. собыч
2. Сформировать на основе кейсов задания
3. Пригласить экспертов (люди-а)
4. Создать условия для решения кейсов
5. Разработать алгоритм действия в КС.
6. Опросить участников через год

Мероприятия
1. Решение кейсов командами
2. Консультация экспертов
3. Проект модели поведения педагога в КС.

Ресурсы
А.А. Усатов, юрист
Омбудсмен Шаварин
психолог Никитина Е.И.
волонтеры
дизайнерша, интерактив сборка

эксп. 3
участ. 18 (3чб)
интерпр. 1.

Работает ли алгоритм?
(опрос онлайн через год)

Межрайонный

- Возраст
- МП с детьми
- Отвлекается хвост
- Нет санатория
- Венны, ОАС
- Голос, ЦНС
- Выгорание

Палаточный (выездной) лагерь

- танцевальный марафон
- 8-часовой сон
- чайная церемония
- группы по интересам
- термозона
- баня
- речка
- группы сов, шаворонки (хронотипы)
- гусь
- геллот. массажист
- арт-терапия, релаксация
- темат. вечеринки

Цель: восстановление физического и психомощ. здоровья педагога

Задачи: 1. место 2. мероприятия 3. бюджет

Группы: педагоги МО, ЗБ

Мероприятие Танц мараф.	Что изм. НС спорт Е, эм. 30-45 размаб + ук. 15> укрепление иммун-та, эд.
шоу талантов	показать себя посмотреть на других (нов. ид.)
йога дышание	-
песни у костра	сплочение
полоса препят.	познание своих возможностей

Реализация
- администриция (место проведения)
- ралатки; спонсоры
- транспорт
- ед питание, позар - 33коч от
(разделение на
команды)
- призы
- сувени продукция
- аппаратура
- обработка
- спорна помощь

Качество:
- традиция
- отдых физ.
- обмен опытом
- сплочение
- снятие напряжения

Количество:
- 50 чел
- 10 районов
- 15 групп
- место в проф

ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

WORLD CAFE

Областной уровень

Форт-Боярд

Проблемы:

- В силу особенностей работы педагог мало времени проводит на свежем воздухе и ведет недостаточно подвижный образ жизни.
- + МОУ много знает об окружающей среде.

Концепция:

- форма квеста
- предполагает физ. активность

Место проведения:

озеро ШАЙТАН (кристальное)

Цель: привлечь педагогов в активный отдых на свежем воздухе

Цел. аудитория:

- мол. педагоги
- педагоги-стажисты

Задачи:

- развитие физ. качеств
- (возможность...)
- создать условия для психологии педагогов (разгрузки)
- (смена обстановки...)
- способствовать неформальному общению.

Мероприятия (задания связаны с командованием):

- игры на преодоление страха - (повышает уверенность в себе)
- игры на смекалку - (обвершение наставник-маг. педагог)
- обмен опытом "Я учую - что сможешь" (развитие физ. активности) Мотив, умение, практика

Ресурсы:

- транспорт
- палаточный лагерь
- реклизит
- питание

Качественное:

- обучение инструкторов, coaches
- интересно самоучебно педагогов, повышение их активности.

Количественные результаты:

Участники: 70
 Кол-во дней: один-ночь-день
 Информаци.: 4-5 листов + орг. материалы + аудио-подкаст → озвучивать

Узнают о Киа области

КЛУБ АНОНИМНЫХ ТРУДОГОЛКОВ

Проблема: неравномерное распределение ТРЭА и ОТДЫХА педагогов, переход в старшую ТРЭА

Цель: создание условий для осознания проблем педагогов, выхода из сложившейся ситуации

Задачи:

- Обучить педагогов тайм-менеджменту
- Развить творческие способности педагогов
- Стимулировать и физическую активность пед.
- Сохранение псих. здоровья педагогов

Мероприятия:

- Диалогические Вокзалы → информации о том, как трудоемко
- Крутой обмен опытом, решение проблем
- Мастер-классы → получение опыта по мастер-классу (тайм-менеджмент)
- Физические упражнения, спортивные соревнования
- Квест → интеллектуальное решение проблем
- Психологический клуб, митинг, волонтерство

Результат: грамотное планирование и реализация мероприятий ТРЭА и отдыха

Целевая аудитория:

- ПЕДАГОГИ - СТАЖИСТЫ
- НАСТАВНИКИ
- ВОЗРАСТ - 35+

Ресурсы: - теоретическое образование

- помещения для обучения и проведения мероприятий.
- Конспект
- Приказ
- Специальности: психолог, организатор, организ. культуры, аниматор, ДИ. Д. М. М., преподаватель, Т. Е. Е. Е.
- Ресурсы: пед. для мастер-классов

Цели и задачи:

- К 01-06 увеличить кол-во → 20 чел.
- К 01-06 увеличить кол-во → 30 пед. в ВК (вплотнее работа)
- Качество работы →
- организовать мастер-классы в формате ВК
- создать клуб психологов
- создать клуб психологов
- создать клуб психологов
- создать клуб психологов

ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"**WORLD CAFE**

В рамках очной встречи Клуба единомышленников педагогам предлагалось проголосовать за наиболее соответствующий формат/мероприятие/идею решения вопросов, связанных с сохранением и укреплением здоровья.

Наибольшее количество "голосов" получили 2 разработки: палаточный лагерь и "Форт-Боярд". Скорее всего, педагоги голосовали только за формат проведения. Эти мероприятия относятся к разработке межрайонного и областного уровней. Предлагаемые события не способствуют решению выявленных проблем, связанных с климатом в коллективе, успешности в обществе и отношениями в коллективе, а также снижением стресса на рабочем месте. От проведения подобных мероприятий может улучшиться состояние психологического здоровья отдельного педагога, но не коллектива.

В таком случае необходимо трансформировать эти идеи на уровень образовательной организации.



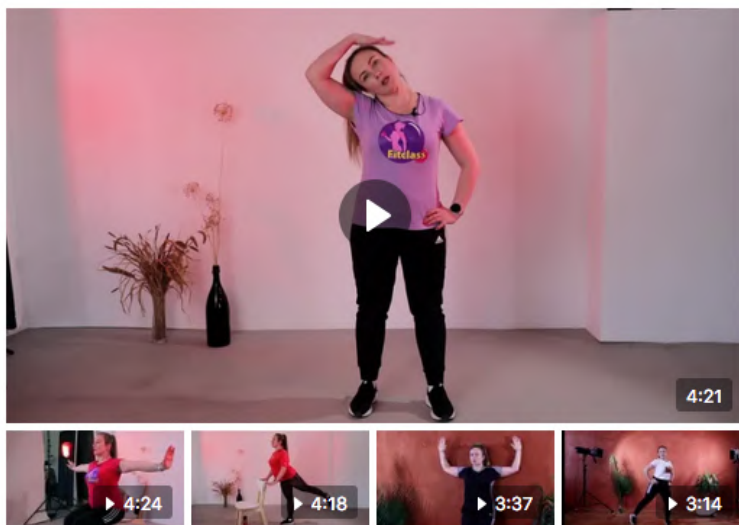
ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"**ВИДЕОИНСТРУКЦИИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ПЕДАГОГА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ**

Подготовлено 5 видеоинструкций, которые направлены на сохранение педагогом собственного здоровья.

Специалистом подобраны несложные, доступные виды упражнений, которые можно выполнить в любых условиях без специальной подготовки и сложных приспособлений.

Комплекс упражнений был отработан в рамках итогового мероприятия – встречи Клуба единомышленников «Время быть здоровым» (в программе – педагогическая гимнастика).

Видеоролики опубликованы в группе Профсоюза образования Кировской области в социальной сети «ВКонтакте».



ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

ОБМЕН ОПЫТОМ В ФОРМАТЕ "НАУЧУ ЗА 5 МИНУТ"



В рамках очной встречи Клуба единомышленников был организован обмен опытом.



Было представлено 11 выступлений.

Участники получили возможность поделиться лайфхаками по сохранению, поддержанию, сбережению здоровья – физического, психического, социального.



Например, участники поделились опытом по таким темам:

- "Фитнес для педагогов",
- "Лайфхак по снижению веса",
- "Гимнастика для лица",
- "Скандинавская ходьба",
- "Физкультминутка на работе",
- и др.



5 лайфхаков опубликованы в "Карте здоровья педагога".



ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"**ГИМН КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"**

Организаторами проекта, Анжелой Балог и Анастасией Люкиной, был сочинён гимн Клуба единомышленников.

Ты тоже за!
Быть здоровым.
Ты тоже за!
Быть в Профсоюзе.
Вместе, друзья, всем поможем.
Время пришло –
Время быть здоровым!

Гимн был использован на Церемонии закрытия итогового мероприятия проекта, при монтаже видеоролика об очной встрече Клуба.



Профсоюз образования Кировской области
11 мая в 17:12

Видеотчёт со встречи Клуба единомышленников "Время быть здоровым"

Смотрим, улыбаемся и подпеваем 😊🎤

#наздоровье #Кировскаяобласть #ВремяБытьЗдоровым



Встреча Клуба единомышленников "Время быть здоровым", 23-24 апреля 2022 года
3 486 просмотров

! Видеоролик об итоговой встрече Клуба опубликован в группе "Профсоюз образования Кировской области" в социальной сети "ВКонтакте".

ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ - ВСТРЕЧА ЧЛЕНОВ КЛУБА ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ "ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ"

КАЖДЫЙ УЧАСТНИК ВСТРЕЧИ ПОЛУЧИЛ НАБОР БРЕНДИРОВАННОЙ ПРОДУКЦИИ



БАНДАНА,
ЗНАЧОК
ЗАЛИВНОЙ



МНОГОРАЗОВАЯ
ЗАЩИТНАЯ
МАСКА

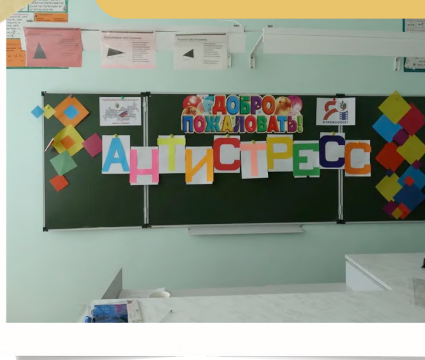


СЕРТИФИКАТ
УЧАСТНИКА

ТРЕНИНГ "АНТИСТРЕСС"



Для образовательных организаций, чьи заявки заняли I-III места в конкурсе "Учительская", был организован выездной психологический тренинг "Антистресс"



Специалистом продемонстрированы упражнения по борьбе со стрессом на рабочем месте, сформулированы совместно с участниками 4 иллюзии жизни (опасность, страдание, взаимопонимание, счастье), определён ответственный за своё здоровье.

Участники получили знания и практический опыт по сохранению психического здоровья. Даны рекомендации по снятию психоэмоционального напряжения.

**ПЛАНОВЫЙ
КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ**

**ФАКТИЧЕСКИЙ
КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ**

70 педагогов
приняли участие
в итоговом
мероприятии

70 педагогов
приняли участие
в итоговом
мероприятии

30 педагогов
приняли участие в
очных тренингах
"Антистресс"

36 педагогов
приняли участие в
очных тренингах
"Антистресс"

2 лекции по
вопросам
сбережения
педагогом здоровья
на рабочем месте

4 лекции по
вопросам
сбережения
педагогом здоровья
на рабочем месте

7 групповых идей/
форматов
мероприятий по
итогам World Cafe

8 групповых идей/
форматов
мероприятий по
итогам World Cafe

5 лайфхаков от
педагогов по
сохранению и
поддержанию
собственного
здоровья на
рабочем месте

11 лайфхаков от
педагогов по
сохранению и
поддержанию
собственного
здоровья на
рабочем месте

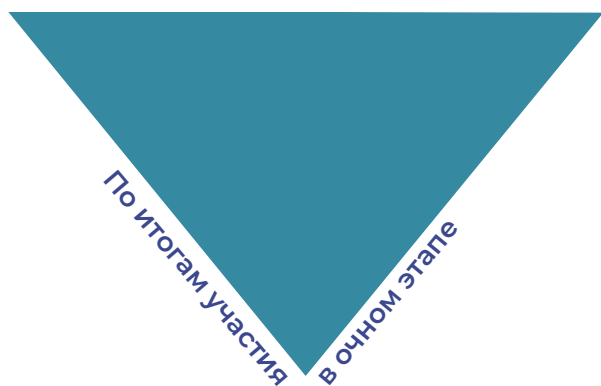
Продемонстрированы
5 видеоинструкций по
физической
активности педагога
на рабочем месте и
опробованы на
практике

Продемонстрированы
5 видеоинструкций по
физической
активности педагога
на рабочем месте и
опробованы на
практике

Очный этап

23 апреля 2022 -
24 июня 2022

Оздоровительный
лагерь,
образовательные
организации



В "Карту здоровья педагога" включены материалы от педагогов, принявших участие в обмене опытом в формате "Научу за 5 минут".



Подведены итоги заочных и дистанционных мероприятий ("Мы на спорте", "Учительская", марафона и флэшмоба).



Отработан комплекс упражнений, представленный в видеoinструкциях по физической активности педагога на рабочем месте. Видео опубликованы в социальной сети "ВКонтакте" для дальнейшего использования педагогом по сохранению и укреплению собственного здоровья.

Очный этап

23 апреля 2022 -
24 июня 2022

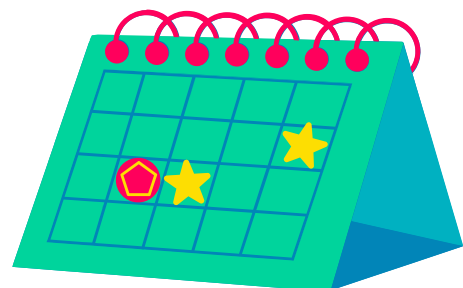
Оздоровительный
лагерь,
образовательные
организации

ИТОГИ ПРОЕКТА



Разработано пособие по итогам реализации мероприятий проекта.

Организовано по 4 мероприятия по сохранению каждого типа здоровья (физического, психического, социального).



Создано 5 видеороликов по организации педагогом физической активности на рабочем месте.

Информационные продукты о мероприятиях проекта:

- 9 видеороликов,
- 86 постов в социальных сетях,
- 25 информационных сообщений на сайтах.

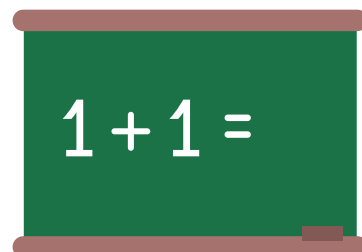


ИТОГИ ПРОЕКТА



Созданы благоприятные условия для формирования положительной мотивации у педагогов Кировской области к комплексному подходу по сохранению и укреплению собственного здоровья преимущественно на рабочем месте.

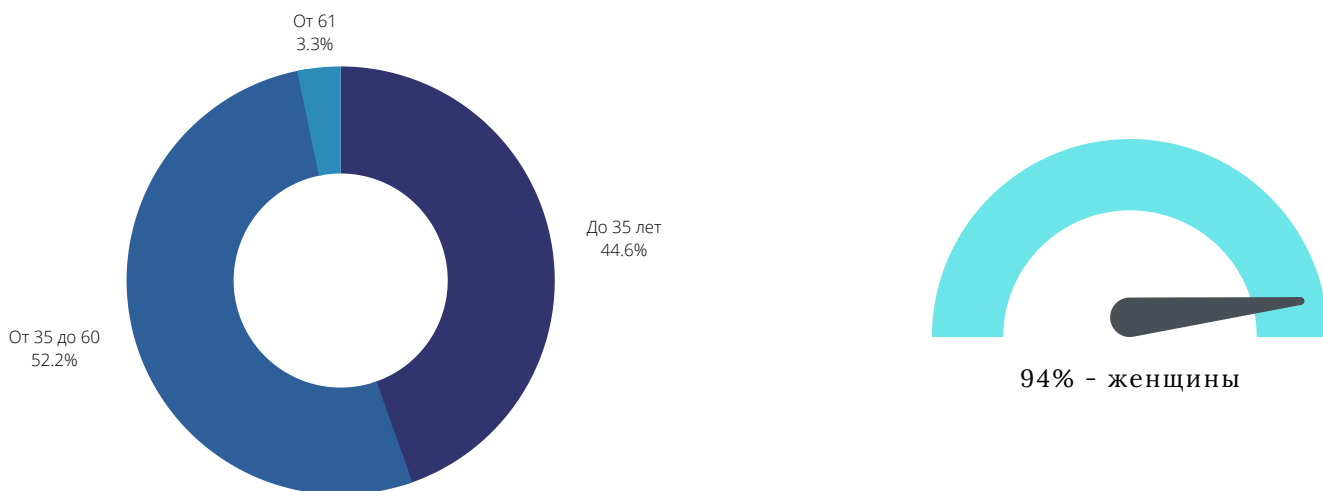
Расширен объём знаний участников проекта по разным видам здоровья за счёт проведения образовательных и практикоориентированных мероприятий, выпуска пособия "Карта здоровья педагога".



Привлечено внимание и интерес педагогической общественности к комплексному подходу по сохранению и укреплению собственного здоровья.

ИТОГОВОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ

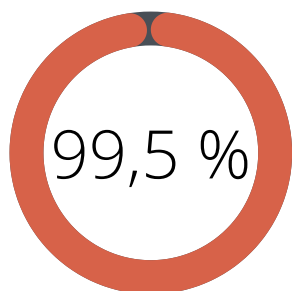
184 педагога заполнили анкеты обратной связи.



Участники опроса

ВОПРОС №1.

ПО ВАШЕМУ МНЕНИЮ, ПРОЕКТ "НА ЗДОРОВЬЕ!" СПОСОБСТВОВАЛ ФОРМИРОВАНИЮ У ВАС И ВАШИХ КОЛЛЕГ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ К СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ СОБСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ?



183 педагога высказались однозначно или развёрнуто, что проект способствовал формированию положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья

ИТОГОВОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ

Примеры развёрнутых ответов на 1 вопрос анкеты

Да, способствовал. Часто, погрузившись в работу, мы забываем о себе, о своём здоровье, на это порой даже просто не хватает времени. А подобные мероприятия являются как напоминанием, неким толчком к тому, чтобы действовать. Мотивируют на сохранение и укрепление здоровья.

Да. Мобилизировал силы. Укрепил силу воли, дал уверенность, что заниматься здоровьем необходимо.

Мне очень понравился проект, созданный для здоровья и о нём. Классно были подобраны темы вебинаров, Суперские соревнования, побольше бы их и каждый год)), а бесценные видео, что бы мы делали без них. Потому что все сразу невозможно запомнить и упомнить, надо пересматривать. Спасибо огромное за такую основательную работу по укреплению здоровья для педагогов, с вами было здорово проходить все мероприятия.

Конечно. Сразу захотелось двигаться и больше познавать в этом направлении. Недаром говорят: "Движение - это жизнь!"

Да, у меня повысилась ценность отношения к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих меня людей.

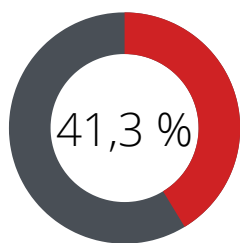
Проект замечательный, даёт задуматься о своём здоровье, что ещё могу заниматься спортом в меру своего здоровья.

Проект подтолкнул нас пересмотреть вредные привычки, задуматься об элементарном соблюдении режима дня и профилактике стресса. Коллектив РЦО вступил в реализацию программы "Корпоративная программа сохранения здоровья" г.Киров. Возобновили производственную зарядку.

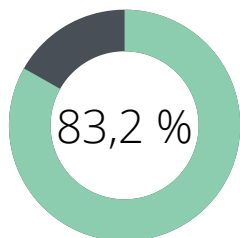
ИТОГОВОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ

ВОПРОС №2.

КАКИЕ ИЗ ПЕРЕЧИСЛЕННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПРОЕКТА, НА ВАШ ВЗГЛЯД, СПОСОБСТВОВАЛИ ФОРМИРОВАНИЮ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ К КОМПЛЕКСНОМУ ПОДХОДУ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГОВ? (ОТМЕТЬТЕ ВСЕ ВАРИАНТЫ, КОТОРЫЕ СЧИТАЕТЕ ПОДХОДЯЩИМИ)

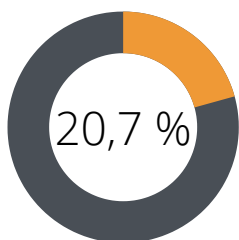


Образовательные вебинары "Гармония"
(76 педагогов из 184 опрошенных)

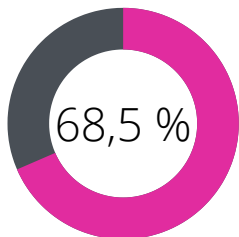


Соревнования "Мы на спорте" (в том числе интеллектуальная игра)
(153 педагога из 184 опрошенных)

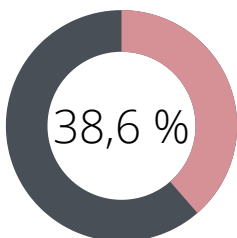
ИТОГОВОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ



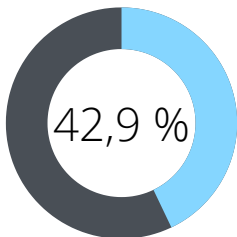
Конкурс "Учительская"
(38 педагогов из 184 опрошенных)



Видеоинструкции по физической активности педагога на рабочем месте
(126 педагогов из 184 опрошенных)

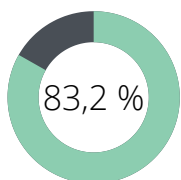


Марафон по развитию эмоционального интеллекта
(71 педагог из 184 опрошенных)

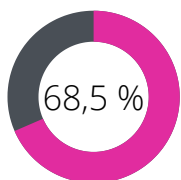


Флэшмоб "Педагог вне стен"
(79 педагогов из 184 опрошенных)

ИТОГОВОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ



Соревнования "Мы на спорте" (в том числе интеллектуальная игра)
(153 педагога из 184 опрошенных)



Видеоинструкции по физической активности педагога на рабочем месте
(126 педагогов из 184 опрошенных)

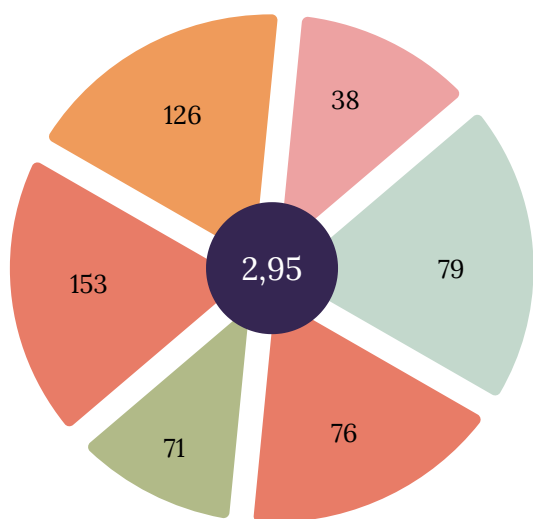
Два события выделены респондентами как наиболее способствующие формированию положительной мотивации к комплексному подходу по сохранению и укреплению здоровья педагогов.

Это мероприятия, которые преимущественно направлены на укрепление физического здоровья на рабочем месте.

Очевидно, что респонденты их определили из-за наличия активной деятельности, масштабности этих событий.

Стоит отметить, что эти мероприятия обращены не только на физическое, но и на социальное (коммуникация, здоровое времяпрепровождение) и психическое (самоорганизация, регуляция собственных действий, чувство соперничества и успеха в случае победы) здоровье.

ИТОГОВОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ



Количество человек, отметивших заочные и дистанционные мероприятия, способствующие формированию положительной мотивации к комплексному подходу по сохранению и укреплению здоровья

2,95 - средний показатель выбора количества мероприятий из 6 предложенных, способствующих формированию положительной мотивации к комплексному подходу по сохранению и укреплению здоровья.

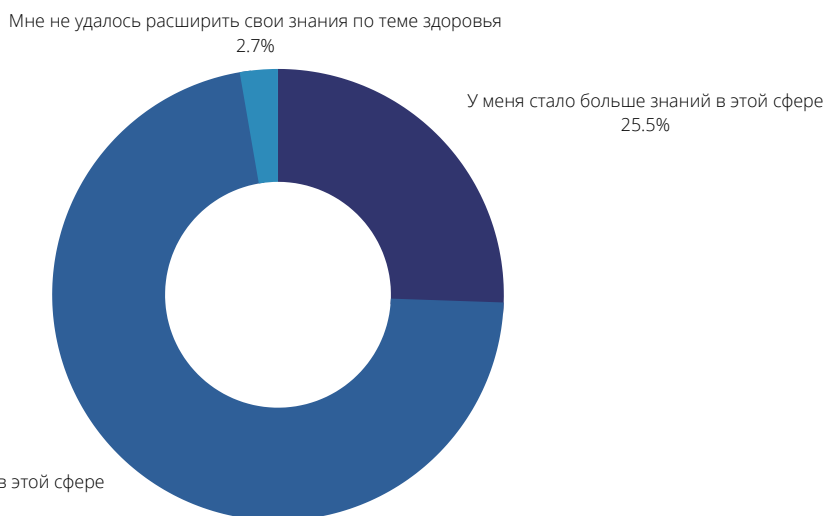
Комбинация хотя бы 2 пунктов уже демонстрирует участнику проекта комплексный подход к сохранению и укреплению здоровья и формирует у участника проекта понимание триединства составляющих здоровья человека.

Радостно отметить тот факт, что педагоги и сами это отмечают при ответе на первый вопрос анкеты как в цифровом показателе, так и в качественном, отмечая индивидуальные изменения в своих отзывах.

ИТОГОВОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ

ВОПРОС №3.

КАК ВЫ ОЦЕНИВАЕТЕ ВАШ ОБЪЁМ ЗНАНИЙ ПО РАЗНЫМ ТИПАМ ЗДОРОВЬЯ ПОСЛЕ УЧАСТИЯ В МЕРОПРИЯТИЯХ ПРОЕКТА "НА ЗДОРОВЬЕ!"?



179 педагогов отмечают, что проект "На здоровье!" расширил их знания о разных типах здоровья. Большая часть участников опроса выражает желание пополнять копилку знаний - 132 человека.

Отрадно отметить, что всего 5 человек из 184 отметили, что не расширили свои знания по теме проекта.

ОТЗЫВЫ УЧАСТНИКОВ ОЧНОЙ ВСТРЕЧИ

Данный проект очень нужен и полезен. Всё очень интересно. Всё понравилось, хочется вернуться вновь. Огромная благодарность организаторам

Если хочется порой,
Что счастье где-то рядом кружится.
Вы приглашайте нас ещё
Мы вместе с вами здесь потрудимся!

Живите здорово, любите природу.
Живите красиво и культурно
Живите мудро, как можно больше
И всё лучшее сразу учитесь!

Мы очень рады были побывать
на этой конференции, всё было
отлично продумано. Желаем на
будущее, зарядиться положительными
энергиями

М.В. Д.У., Семейное
и Социальное

До новых
встреч!!!

24 апреля
2022

Спасибо организаторам проекта.
Эти два дня были на позитиве
и т.д. Все прошло великолепно.
Желаю всем с удовольствием поехать
практики, которые в реальном
будут применять в жизни.
Желаю всем с новыми позитивными
идеями.
Зарядиться положительными энергиями.

Большое спасибо организаторам за проект,
ведь здоровье - это самое главное!
Приятно снова окунуться в атмосферу твор-
чества, позитива и здоровья!
Очень рада встретиться со старыми знакомыми
и познакомиться с новыми людьми.
#Профсоюз-объединяет
#НаЗдоровье

Ворожова Валентина

ОТЗЫВЫ УЧАСТНИКОВ ОЧНОЙ ВСТРЕЧИ

Огромное - огромное - огромное
спасибо организаторам!!!
проекта "Кто здоровее..."

Все эти 2 месяца моя жизнь ил:
участвование в челлендже, изучении
смишара, выполнении задания марш-
рона, дини "на спорте".

Итогом проекта стала встреча
клуба единомышленников "Время быть
здоровыми"!

Закуп позитива и здоровья - 100%
Мотивация - 100%

Спасибо!

ОТЗЫВЫ УЧАСТНИКОВ ОЧНОЙ ВСТРЕЧИ



Валентина Воробьева

25 апр в 18:53

НА ЗДОРОВЬЕ!!!

Так называется областной проект Профсоюза образования Кировской области, в котором мы участвовали!

А в выходные прошла встреча Клуба единомышленников "Время быть здоровым".

Были участниками мастер-классов по профилактике эмоционального выгорания: пили чай ☺, занимались гимнастикой 🧘, играли 🎲 и пели песни от души 🎵!!!!

И даже стали актерами театра!!!

Ещё немного послушали лекции, подумали головой)))

А самое главное, встретились со старыми знакомыми и познакомились новыми друзьями 🤝🤝🤝!!! Отлично провели время!!!

#ВалентинаВоробьева
#Профсоюзобразования
#наздоровье
#будьтездоровы



Юлия Куликовская

28 апр в 18:17

В минувшие выходные фраза "НА ЗДОРОВЬЕ" как никогда была актуальна. Ведь так назывался областной проект Профсоюза образования Кировской области, в котором я принимала активное участие!

На встречах Клуба единомышленников "Время быть здоровым" нам было некогда скучать: лекции про здоровье, чайная церемония, практика цигун, весёлые игры и душевные песни. Так же побывали в качестве актёров в социальной сценки. Под руководством настоящего режиссёра.

И этот ещё не всё. Первый раз в таком масштабе (на проекте было 70 единомышленников!) делилась опытом. Показывала мастер класс для здоровья и красоты наших стоп.

Не обошлось без сюрпризов. На церемонии вручения в зале появились очаровательные, превосходные феи.

Ну и самое главное, встретились со старыми знакомыми и познакомились с новыми интересными людьми. Отлично провела время! Спасибо организаторам за такой прекрасный проект. Жду следующий!

#Профсоюзобразования
#наздоровье
#будьтездоровы



Совет молодых педагогов Кирово-Чепецкого района

3 мая в 15:12

23-24 апреля прошла встреча Клуба единомышленников «Время быть здоровым». СМП Кирово-Чепецкого района представила Татьяна Симонова и поделилась с нами впечатлениями:

«Я стала участником мастер-классов по профилактике эмоционального выгорания: узнала таинства чайной церемонии, испробовала часть занятий йоги, играла в игры, пели песни от души! И даже стала актёром социального театра! Отлично провела время. Очень советую всем тем, кто ещё ни разу не был на встрече Клуба единомышленников. Это здорово и круто. Ну и, конечно, без подарка никто не остался!».

#Профсоюзобразования
#наздоровье
#будьтездоровы



ОБОБЩЕНИЕ

Сопоставление первоначальных данных (опрос 192 педагогов в апреле 2021 года) и итогового анкетирования

Основными причинами низкой физической активности участники опроса в апреле 2021 года отмечали следующие факторы:

- отсутствие времени,
- усталость после работы,
- собственная лень и неорганизованность,
- отсутствие условий для занятий, поддержки близких и собственного желания.

Это является демонстрацией проблематики не только в рамках физического здоровья, но и психического и социального.

Результаты анкетирования по итогам реализации проекта "На здоровье!" (вопрос №1 и №2), участие педагогов в мероприятиях заочного и дистанционного этапов (см. количественные показатели) демонстрируют, что при правильной мотивации и появляется время, и забывается про усталость и лень, и появляются организационные навыки, и создаются условия.

Из 192 опрошенных в 2021 году лишь 17% посещали культурно-оздоровительные мероприятия, которые являются частью сбережения психического и социального здоровья.

По итогам реализации проекта "На здоровье!" мы можем судить об увеличении этого показателя. Об этом свидетельствуют данные о количестве участников флэшмоба "Педагог вне стен" (58 человек) и итоговый опрос, в котором 42,9% педагогов отмечают, что это мероприятие наиболее способствует формированию положительной мотивации к комплексному подходу по сохранению и укреплению здоровья педагогов.

ОЦЕНКА ПРОЕКТА

Проект "На здоровье!" реализован успешно. Об этом свидетельствуют итоги анкетирования, отзывы участников, а также незапланированные результаты.

Значение реализации проекта оценили компании региона, присоединившись в качестве партнёров.

1.000 МНПК "Вяткабиопром" (ТМ "Целебная радуга")

- подготовили 5 вопросов для онлайн-викторины;
- Ольга Юрьевна Носкова, генеральный директор компании «Целебная радуга», провела лекцию в рамках очной встречи Клуба единомышленников "Время быть здоровым" на тему "Красота и здоровье - в микрофлоре";
- за самые лучшие и интересные вопросы лектор вручил набор продукции компании;
- всем участникам очной встречи был вручён йогурт, произведённый этой компанией.



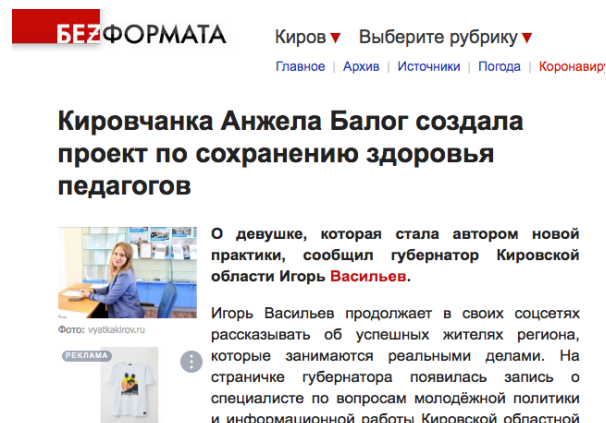
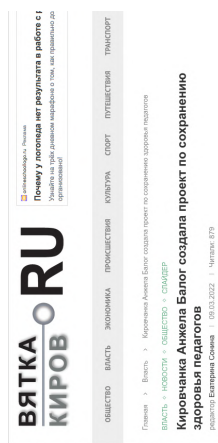
ОЦЕНКА ПРОЕКТА

2. Банк ВТБ (ПАО)

- представители Банка вручили всем участникам очной встречи Клуба единомышленников брендированные ручки;
- подарили самым активным участникам флэшмоба "Педагог вне стен" брендированные термокружки.



Стоит отметить, что в марте 2022 года оценку проекту дал и губернатор Кировской области Игорь Владимирович Васильев. Информация об этом была размещена на официальных информационных ресурсах губернатора и в региональных СМИ.



ОЦЕНКА ПРОЕКТА

Значимость реализации проекта "На здоровье!" подчёркивает и тот факт, что на очную встречу Клуба единомышленников приехали:

- министр спорта и молодёжной политики Кировской области Георгий Андреевич Барминов,
- ректор Института развития образования Кировской области Наталья Вячеславовна Соколова,
- председатель Кировского областного союза организаций профсоюзов "Федерация профсоюзных организаций Кировской области" Алексей Владимирович Русских.



ПЕРСПЕКТИВЫ ПРОЕКТА

1. По итогам анализа опросов определены темы, по которым в дальнейшем можно выстраивать работу Клуба единомышленников.
2. Участниками очной встречи проработаны в рамках World Cafe идеи/форматы мероприятий, которые желают, чтобы были реализованы по теме здоровья.
3. В итоговом опросе 71,7% (132 педагога из 184 опрошенных) респондентов высказались, что хотели бы и дальше расширять знания по разным типам здоровья. Этот запрос необходимо удовлетворять.
4. В течение очной встречи Клуба единомышленников педагоги сформулировали ряд предложений по каждому типу здоровья для дальнейшей реализации в рамках деятельности Клуба.

The image shows handwritten notes on three sheets of paper and a table summarizing the project's focus areas.

Physical Health (Физическое здоровье):

- 1. Спорт. *квест* на улице
- 2. Фестиваль
- 3. Спортив. секции для педагогов
- 4. Ежедневные гимнастики
- 5. Велопробы
- 6. Турпоход
- 7. Благородия
- 8. Скандинавская ходьба - 3
- 9. Аквааэробика - 3
- 10. Составление сборника ПП рецептов
- 11. Рубрика в соц. сетях "Как питаться правильно"

Psychological Health (Психическое здоровье):

- 1. Игры на доверие
- 2. Игры тактильные
- 3. Семейный клуб педагогов
- 4. Газетики
- 5. Карикатуры (шаржи)
- 6. Акции? (связь со спортом)
- 7. Социальный театр
- 8. Субботники (экол. квест)

Social Health (Социальное здоровье):

- 1. Игры у кооператива
- 2. Симпозиция
- 3. Борьба со стрессом (поддержка коллег)
- 4. Квест на знакомство с коллективом
- 5. Карaoke
- 6. Флеш-моб
- 7. Битва педагогов
- 8. Топос педагог.
- 9. Медитация

Table Summary:

Физическое здоровье	Психическое здоровье	Социальное здоровье
<ul style="list-style-type: none"> конкурс рецептов ПП мастер-классы клуб по интересам уроки танцев (аэробика) панель-информация по новым направлениям физ. активности (бег) дополнительная гимнастика танцы, танцевальные игры (не спорт) 	<ul style="list-style-type: none"> тренинги на снятие псих. напряжения арт-терапия на природе кампания (пейзаж, раскраска) флеш-моб (популярные блюда, напитки) тренинг по тайм-менеджменту Медитация 	<ul style="list-style-type: none"> тимбилдинг в ППО квест прод-ка Буминия вегетарианство турпоход экологич. субботники квест, викторины аэробика, фитнес экскурсии за пределы области, обмен опытом на привлекательном тред, акциях

Additional Note: Копилка "Банк друзей" (с рисунком персонажа)

"НА ЗДОРОВЬЕ!"



ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ ГРАЖДАН, ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, ПРОФИЛАКТИКА
УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ И ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, РЕАБИЛИТАЦИЯ
НАРКОЗАВИСИМЫХ ГРАЖДАН



Анжела Балог

Руководитель
проекта



Наталья Филёва

Руководитель
образовательных
мероприятий проекта



Марина Лебедева

Руководитель
информационного
направления



Данил Владыкин

Руководитель
конкурсного блока



Анастасия Люкина

Организатор конкурса
"Мы на спорте"



Игорь Заболотских

Специалист по
техническому оснащению
мероприятий проекта

**КИРОВСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОЮЗА РАБОТНИКОВ НАРОДНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ВСЯ ИНФОРМАЦИЯ, ФОТО- И ВИДЕОКОНТЕНТ О ПРОЕКТЕ ОПУБЛИКОВАНЫ В ГРУППЕ "ПРОФСОЮЗ
ОБРАЗОВАНИЯ КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ" В СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ "ВКОНТАКТЕ"**