

4.4. Психосоматические заболевания (сердечно-сосудистые, желудочно-кишечного тракта, неврологические, кожные). Особенности возникновения, протекания. Профилактика.

4.5. Здоровье женщины. Профилактика гинекологических заболеваний.

4.6. Счастье «есть». Как питаться вкусно и полезно? (варианты сбалансированного и рационального питания для педагогов).

### ***Подходы к сохранению психологического здоровья***

*(семинары – практикумы)*

5.1. Конфликты в школе: устранять, предотвращать или использовать? Медицинские последствия неразрешенных конфликтов.

5.2. Медиативные технологии в работе ОО.

5.3. Конструктивное взаимодействие в системе: педагог – педагог или способы формирования команды единомышленников в школе.

5.4. Формирование благоприятного психологического климата в педагогическом коллективе.

5.5. Освоение технологии активного слушания: что важнее говорить или слушать?

5.6. Агрессивность: сдерживать или проявлять? Подходы к феномену и практические технологии.

5.7. Способы психологической защиты и противодействие манипуляциям.

5.8. Психология крика. Как избежать учителю негативных эмоций дома и на работе? Приемы управления голосом.

5.9. Способы отреагирования отрицательных эмоций (гнев, обида, страх). Техники быстрого восстановления сил и управления собой и ситуацией.

***(семинары-практикумы, тренинги)***

6.1. *Профилактика профессионального выгорания педагога.*

6.2. *Стрессоустойчивость.* Причины и способы преодоления стресса.

6.3. *Как научиться получать удовольствие от работы.*

6.4. *Школа – место комфорта.* Формирование здоровьесберегающей компетентности.

6.5. *Построение имиджа успешного человека.* Секреты обаяния.

6.6. *Самоменеджмент. Тайм менеджмент педагога.*

6.7. *Актуализация внутренних ресурсов:* творчество и успешность.

6.8. *Тренинг релаксации и актуализации ресурсов «Путь к себе»* (цикл обучающих семинаров).

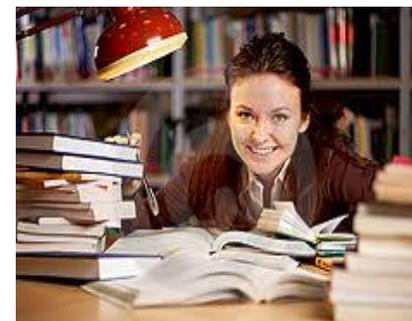
6.9. *Профилактика конфликтов в ОО* (цикл обучающих семинаров).

6.10. *Формирование корпоративной культуры образовательной организации*

- «Краски осени»
- «Новогодний калейдоскоп или как подвести итоги уходящего года»
- «Весна-время обновлений»

ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ

## **Образовательная программа для педагогов общеобразовательных учреждений**



### **«Школьный педагог: ресурсы и возможности, успешность и здоровье»**

Сегодня важность работы по сохранению и укреплению здоровья всех участников образовательного процесса не вызывает сомнений. Следует отметить, что какие бы реформы не проходили в системе образования в итоге они, так или иначе, замыкаются на конкретном исполнителе – школьном учителе. Именно педагог является основной фигурой при реализации на практике основных нововведений и инноваций.

На базе Городского Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи создана и эффективно работает **служба – Педагогический всеобуч.**

**Цель** – формирование мотивации на ЗОЖ педагогических коллективов школ.

#### **Формы работы:**

1. Лекции (лекция-беседа, диалог; лекция-информирование, просвещение, лекция-рассказ) *1 специалист ГЦ, не менее 40 минут.*
2. Семинары и практические семинары (по заданной прикладной проблематике или направленные на решение конкретных проблем с использованием методов групповой дискуссии, практических упражнений, фланга, мозгового штурма) *1-2 специалиста ГЦ, не менее 60 минут.*
3. Тренинги (организация деловых, ролевых игр, социально-психологический тренинг (СПТ)) *2 специалиста ГЦ, не менее 1ч 30 минут.*
4. Педагогические советы (мониторинг начального состояния по изучаемой проблематике, подготовка, проведение в активной и интерактивной формах,

принятие совместных решений, психолого-медико-педагогическое сопровождении реализации принятых решений)  
*2 и более специалиста ГЦ, не менее 1ч 30 минут.*

### **Заявки на проведение мероприятий**

#### **Время и форма подачи заявок:**

1. годовая (с датами и темами мероприятий для педагогов);
2. полугодовая;
3. четвертная;
4. разовая (не менее чем за 2 недели до желаемого срока).

Сбор заявок производит **руководитель службы Педагогический всеобуч**

**Одноралова Елена Юрьевна**

**Контактные телефоны:**

Городской Центр: **21-71-93**, сотовый: **89605349861**

E-mail: [odelen@rambler.ru](mailto:odelen@rambler.ru)

Ответственный администратор – **заместитель директора ГЦ ППМС**

**Терехова Екатерина Владимировна** тел: 45-79-61

Все проводимые мероприятия бесплатные.

## **Программа: «Школьный педагог: ресурсы и возможности, успешность и здоровье»**

### **I. Все педагогу о здоровье ученика**

#### **УЧИТЕЛЬ И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ: ПОНИМАНИЕ И ВНЕДРЕНИЕ ИДЕИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ (лекции)**

- 1.1. Психология здоровья: теоретический и практический аспект. Критерии психологически здорового педагога и ученика.
- 1.2. Способы формирования ценностного отношения к здоровью среди учеников начальной, средней и старшей школы.
- 1.3. Эффективная работа на уроке: как работать продуктивно и не уставать.
- 1.4. Как провести внеклассное мероприятие по здоровьесбережению?
- 1.5. Особенности проведения внеклассного мероприятия по профилактике зависимостей в школе: компьютерная (интернет, игровая, виртуальная), мобильная, ПАВ.
- 1.6. Причины неврозов (школьные). Варианты решения проблемы.
- 1.7. Профилактика травматизма в школе. Что делать, если рядом нет врача?
- 1.8. Нарушения в поведении детей. Причины. Пути решения.
- 1.9. Инклюзивное образование: необычные дети в обычной школе.

### **УЧИТЕЛЬ И УЧЕНИК: ПОНИМАНИЕ ДРУГ ДРУГА (семинары – практикумы)**

- 2.1. Психологическая помощь учителя «нестандартным» детям» (мышление леворуких и праворуких детей, особенности учащихся с нарушением внимания, одаренные дети).
- 2.2. Синдром школьной неуспешности: способы преодоления и предупреждения, пути решения проблемы.
- 2.3. Обучение с удовольствием и увлечением (психологические рекомендации по учету ведущей репрезентативной системы, ведущего полушария, учет разнообразных способов переработки информации).
- 2.4. Современный школьник: особенности и проблемы воспитания. Взаимодействие с проблемными учениками. Способы установления контакта с «особыми» учащимися.
- 2.5. Причины нарушения дисциплины. Приемы и способы донесения информации до учащихся.
- 2.6. Способы сплочения классных коллективов. Что делать, если в классе есть проявления моббинга.
- 2.7. Проблемы информационной безопасности ребёнка в сети.
- 2.8. Дети, пережившие жестокое обращение. Помощь им в ОУ.
- 2.9. Причины возникновения девиантного поведения и методы работы по его профилактике в ОУ.
- 2.10. Современный подросток и вейпинг. К чему ведет увлечение электронными сигаретами.
- 2.11. Профилактика суицидального поведения обучающихся в ОУ.
- 2.12. Школьная тревожность: как снизить ее уровень у участников образовательного процесса.

### **УЧИТЕЛЬ И РОДИТЕЛЬ: ПОНИМАНИЕ ДРУГ ДРУГА (семинары – практикумы)**

- 3.1. Эффективное проведение родительских собраний: рекомендации для классных руководителей.
- 3.2. Особенности установления конструктивного взаимодействия с современными родителями. Пути поиска точек сотрудничества.
- 3.3. Ключевые аспекты проведения родительского собрания на тему: Учет особенностей современных течений и субкультур при взаимодействии с подростком.
- 3.4. Особенности индивидуального взаимодействия педагога и родителя.

### **II. Педагогу о его здоровье (лекции)**

- 4.1. Здоровье без лекарств. Современный анализ традиционных и нетрадиционных методов медицины. За и против.
- 4.2. Состояние здоровья современных педагогов. Профилактика профессиональных заболеваний педагогов (щитовидная железа).
- 4.3. Состояние здоровья современных педагогов. Профилактика профессиональных заболеваний педагогов (ВСД, ларингит, варикоз).