

Згідно плану роботи «Школи педагогічних знань» у Павлоградському медичному коледжі 11 листопада 2021 року було проведено онлайн психолого – педагогічний семінар на тему «Професійне здоров'я педагога як умова ефективної здоров'язбережної діяльності навчальних закладів фахової передвищої освіти України».



Основна мета проведення семінару - підвищення рівня проінформованості педагогів щодо здоров'язбережної діяльності навчальних закладів фахової передвищої освіти України, формування у педагогів мотивації до самопізнання та самовдосконалення особистості в цілому, формування культури здоров'я педагога.

Суспільство бажає бачити педагога-новатора, активну, творчу особистість, професіонала, який володіє сучасними методами навчання, інформаційно-комунікативними технологіями тощо. З молоддю мають працювати оптимістичні та життєрадісні люди. Такі високі вимоги до іміджу педагога потребують значного емоційного і фізичного напруження, а також багато сил і здоров'я. Це необхідно усвідомлювати і враховувати в організації навчально-виховного процесу.

Здоров'я педагога – делікатна і багатоаспектна проблема. Її значимість настільки важлива, що саме професійне здоров'я педагога має бути показником ефективної роботи сучасного учбового закладу і її стратегічною метою.

Семинар складався з теоретичної, практичної частини, а також музичного релаксу. В теоретичній частині всі викладачі ознайомились з інформацією поняття «культура здоров'я педагога». До уваги викладачів провідний бібліотекар Саликова Алла Миколаївна підготувала мультимедійну презентацію.

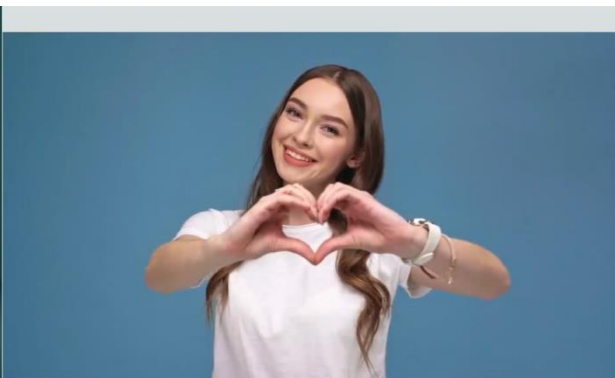
## **Індивідуальне здоров'я педагога, як і будь-якої людини, складається з:**



- **ФІЗИЧНОГО**
- **ПСИХІЧНОГО**
- **СОЦІАЛЬНОГО**
- **ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я**

03-21

## **СОЦІАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я**



Соціальне здоров'я відображається через такі характеристики, як адекватне сприйняття соціальної реальності, інтерес до навколишнього світу, адаптація до фізичної та суспільної сфер, відповідальність перед іншими, демократизм у поведінці.

Під час практичної частини практичний психолог коледжу Ащеулова Ірина Петрівна ознайомила викладачів з правильним диханням яке має важливе значення для фізичної та психічної рівноваги. Вона запропонувала для того, щоб зрозуміти, як правильно дихати фрагмент лекції В'ячеслава Смирнова «Правильне дихання».

## **ДИХАЄМО ПРАВИЛЬНО!**



**Для того, щоб зрозуміти, як правильно дихати пропоную передивитися відео В'ячеслава Смирнова Лекція: «Правильне дихання»**

**<https://www.youtube.com/watch?v=uxfW0jwzvB0&t=772s>**

**Посилання на друге відео**

**<https://www.youtube.com/watch?v=sXGdAX5Z5WE&t=634s>**

**Практика «Як правильно дихати»**

26-21

Викладачі коледжу пройшли експрес тест «Самопізнання: звідки ми черпаємо енергію» це надало їм можливість проаналізувати особисте джерело енергії. Вибачайте, відпускайте та дякуйте! Це гасло практичний психолог запропонувала всім колегам, які отримали позитивний заряд енергії.

У третій частині семінару бібліотекар Дьячкова Ліліана Вікторівна під час літературно-музичної відео-композиції «Погляд любові або як навчитися любити себе» ознайомила педагогів з невичерпаним джерелом енергії яке існує у Всесвіті – це любов! А саме, любов до себе!

Проблема збереження здоров'я педагогів в навчальному закладі є очевидною і потребує уваги як з боку керівників навчальних установ, так і з боку самих педагогів. Вона повинна розглядатися у контексті загальної концепції охорони здоров'я нації, тому що від педагога в більшій мірі залежить здоров'я підрастаючого покоління.

Семінар пройшов на високому науковому та методичному рівні.