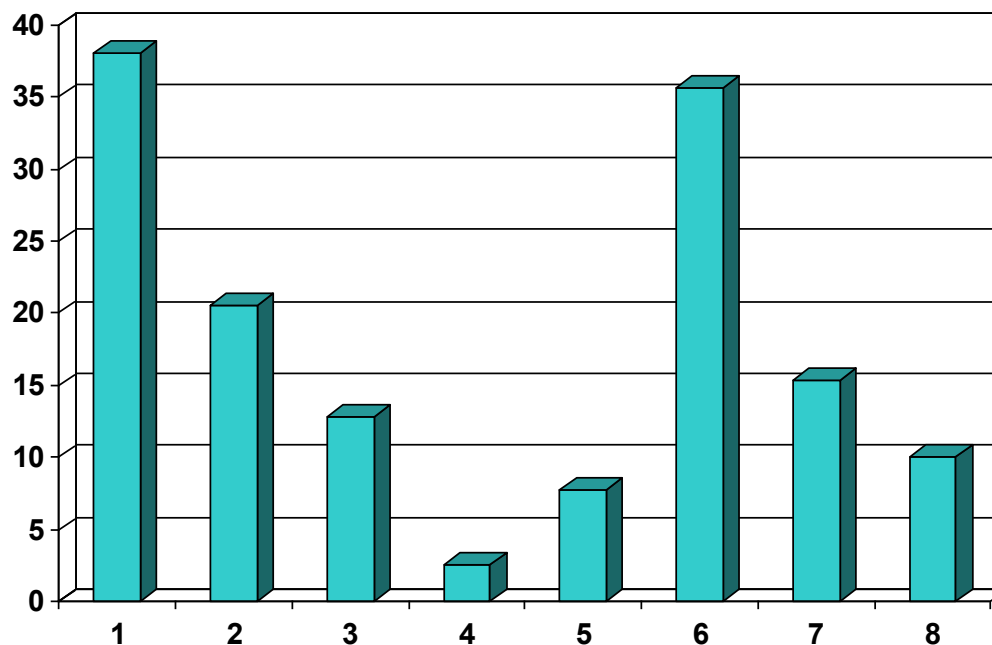


**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА
ШКОЛЫ:**

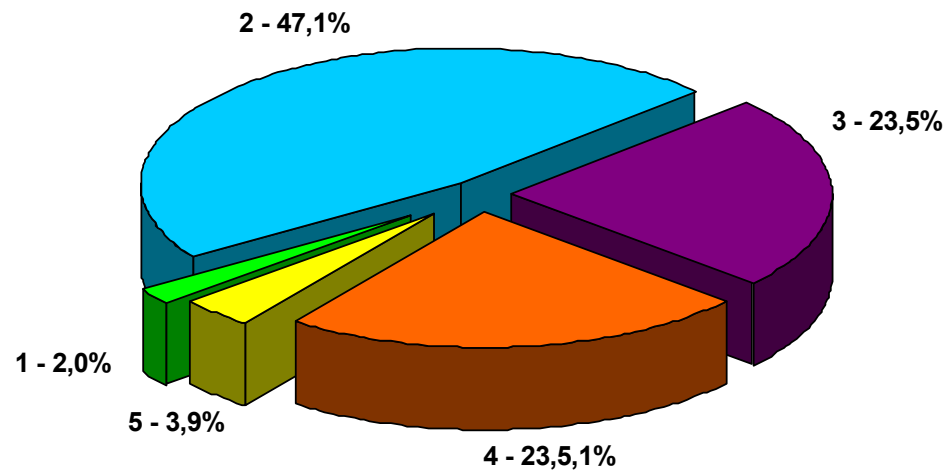
**ЯВЛЯЕТСЯ ЛИ УЧИТЕЛЬ ПРИМЕРОМ
ДЛЯ СВОИХ УЧЕНИКОВ?**

Значимость факторов, оказывающих влияние на ухудшение здоровья учителей



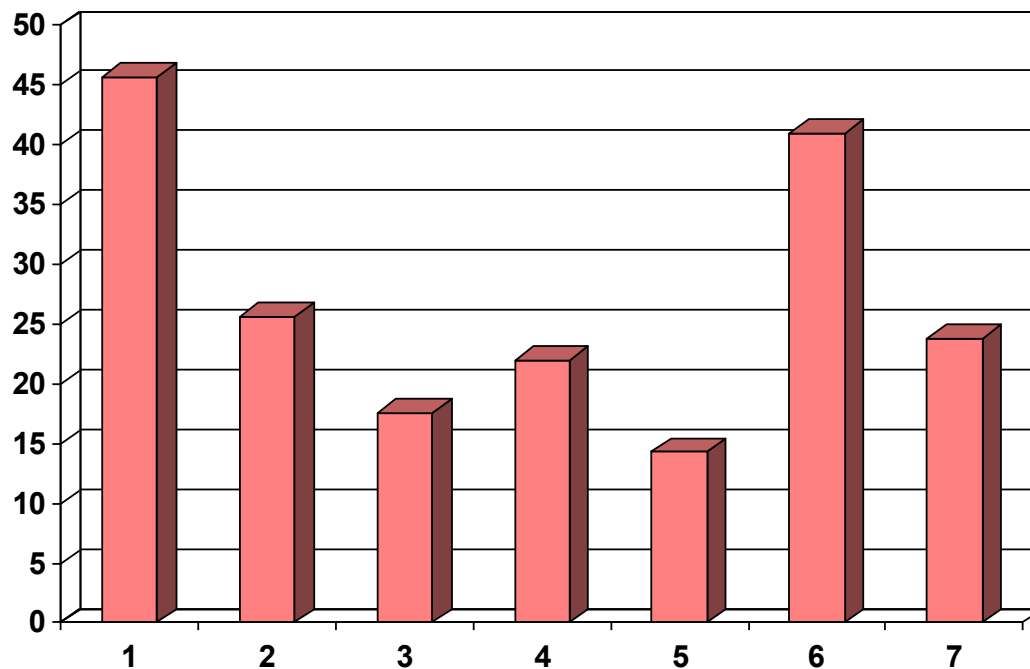
- 1 - психо-эмоциональное напряжение, связанное с большим объемом требований к профессиональной деятельности;
- 2 - низкий уровень двигательной активности;
- 3 - невозможность правильно питаться;
- 4 - бытовые неурядицы, вызванные недостаточным уровнем заработной платы;
- 5 - здоровьеразрушающие привычки (такие как курение и т.п.);
- 6 - недостаток времени на отдых и восстановление (в т.ч. сон);
- 7 - неэффективная система медицинской диагностики заболеваний;
- 8 - недостаток положительных эмоций в профессиональных взаимоотношениях.

Варианты, характеризующие отношение учителей к здоровому образу жизни



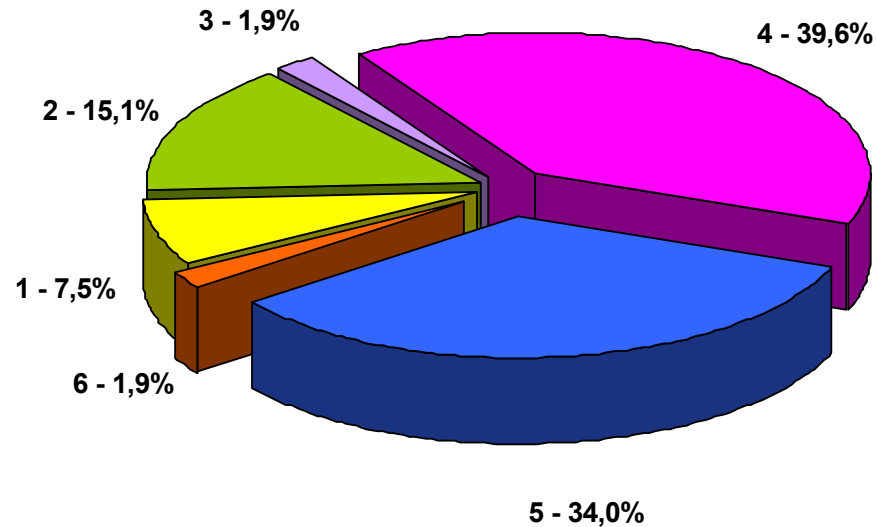
- 1 - я веду здоровый и активный образ жизни и пытаюсь привлечь к нему родных, друзей и коллег;
- 2 - я стараюсь вести здоровый образ жизни и следить за здоровьем по мере возможности;
- 3 - я занимаюсь своим здоровьем фрагментарно, от случая к случаю;
- 4 - я понимаю, что здоровый образ жизни – это хорошо, но у меня нет на это, ни времени, ни сил;
- 5 - у меня достаточно здоровья, чтобы не заниматься этим специально;

Эффективность мер, которые может предпринять учреждение для сохранения здоровья педагогов



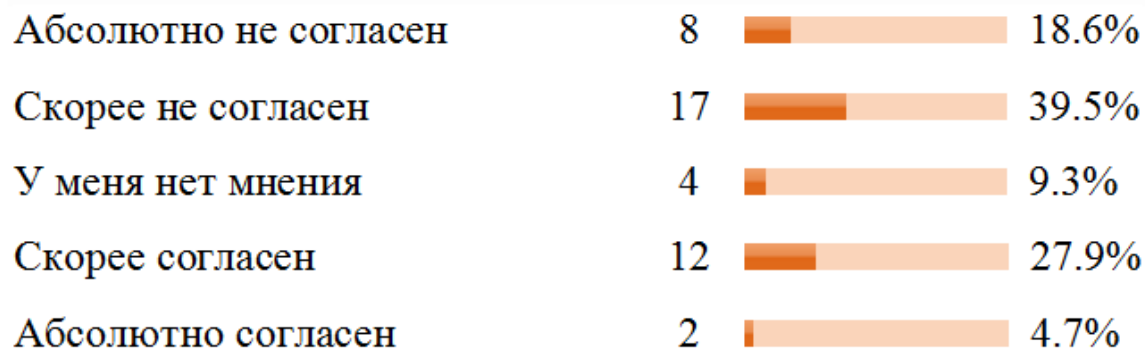
- 1 - заключение договора с медицинским учреждением для профилактики заболеваний педагогов, проведения необходимой диагностики и лечения;
- 2 - организация психологического консультирования педагогов для предупреждения профессионального выгорания;
- 3 - стимулирование двигательной активности педагогов за счет организации спортивных секций разной направленности (туризм, танцы, фигурное катание);
- 4 - организация профилактических прививок против вирусных инфекций;
- 5 - консультирование диетолога и организация диетического питания;
- 6 - организация релаксационно-восстановительных зон для педагогов;
- 7 - организация корпоративных праздников и мероприятий для сплочения педагогического коллектива.

Оценка учителями места, которое занимает физическая культура в их жизни

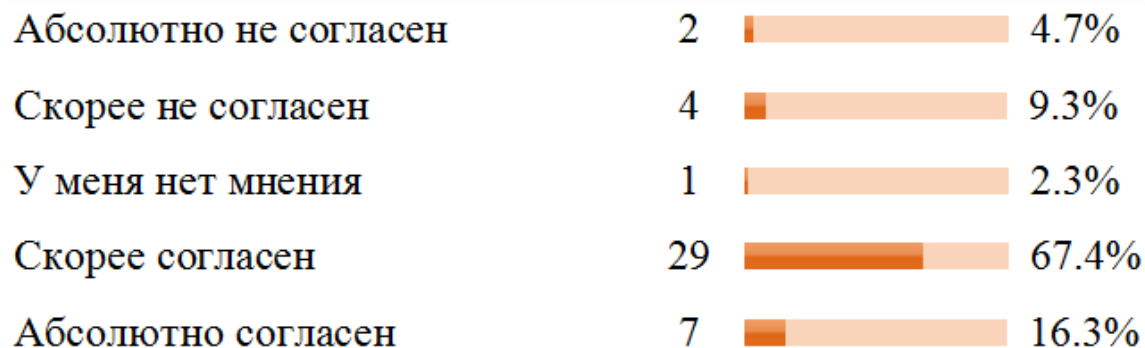


- 1 - я активно занимаюсь физической культурой и спортом, иногда выступаю на соревнованиях;
- 2 - я занимаюсь оздоровительной физической культурой (хожу в фитнес-центр, бассейн и т.п.);
- 3 - я иногда принимаю участие в физкультурно-массовых мероприятиях вместе с семьей («Лыжня России» и т.п.);
- 4 - я стараюсь вести активный образ жизни (походы с семьей в выходные, длительные прогулки, физические упражнения дома и т.п.);
- 5 - у меня нет возможности заниматься физической культурой, но я знаю, что это полезно;
- 6 - физическая культура мне не нравится, я ей не занимаюсь, у меня много других дел и интересов.

1. Достаточно эффективно здоровый образ жизни формируют лекции и семинары, раскрывающие его основные принципы



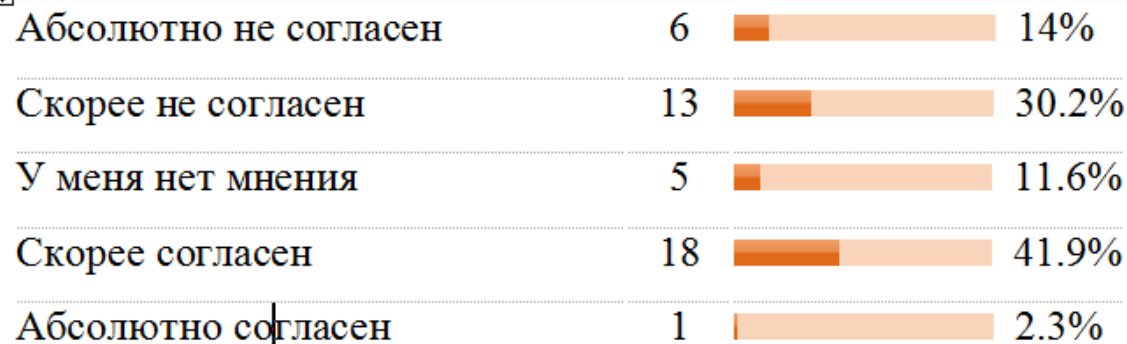
2. В физкультурно-оздоровительные мероприятия обычно включаются те, кто и так ведет здоровый образ жизни, а слабые школьники и обучающиеся с остаются в стороне



3. Традиционные формы агитации к здоровому образу жизни не эффективны, они не меняют поведения участников образовательного процесса и используются только для отчета



4. Низкая эффективность оздоровительной работы в школе связана с отсутствием демонстрации примеров здорового образа жизни



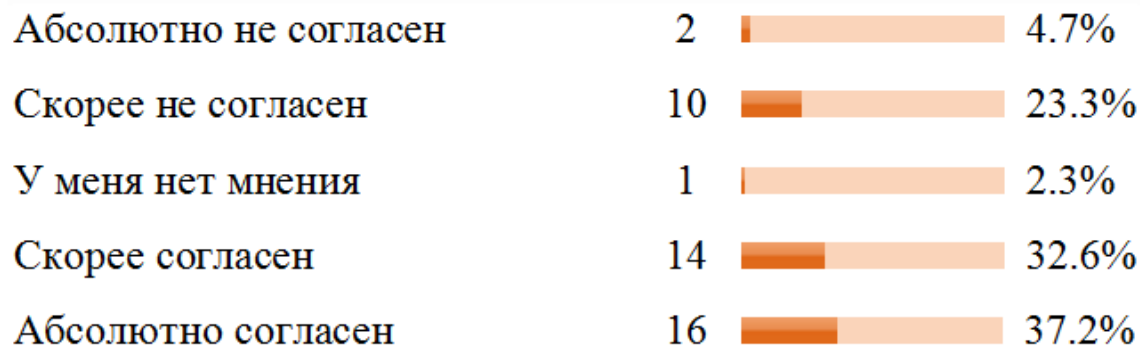
5. Все беспокоятся о здоровье школьников, но ничего не делают для здоровья педагогов



6. Повышения эффективности оздоровительной работы не произойдет пока учреждения будут отчитываться количеством проведенных мероприятий, а не результатами изменения конкретных показателей здорового образа школьников



7. Здоровый образ жизни у школьников не может сформировать учитель, ведущий нездоровый образ жизни



8. Большинство усилий школы по оздоровлению обучающихся сводятся на «нет» неправильным образом жизни детей в семье



Рейтинг показателей, оценивающих заботу учителей о своем здоровье

Показатели	место	рейтинг
Отсутствие вредных привычек	1	171
Отсутствие пропусков рабочих дней по болезни	2	164
Организация мероприятий, пропагандирующих здоровый образ жизни	3	127
Участие в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях в образовательном учреждении и в районе	4	120
Занятия по абонеентам (фитнесс-клуб, бассейн и т.п.)	5	118
Сдача норм ГТО	6	88