



## За опытом – в Москву!

*Профсоюзный семинар собрал в столице директоров учреждений СПО из 27 регионов страны*



Спрос на среднее профессиональное образование в России год от года растет, как и число учреждений СПО. В то же время только в каждом третьем колледже и техникуме сегодня есть первичная организация Общероссийского Профсоюза образования. Семинар для директорского корпуса «Среднее профессиональное образование: новые реалии, факты и инструменты управления» стал новым этапом взаимодействия профсоюза с представителями сферы СПО. Руководители техникумов и колледжей из 27 регионов страны, приехавшие в Москву, смогли не только почерпнуть новые знания от ведущих лекторов профсоюза и представителей министерств и ведомств, но и разработать программы развития своих учреждений. А главное - в полной мере оценить пользу социального партнерства.

Стр. 3 ▶

### «Учительская газета» и «Мой профсоюз» - отличный подарок учителю и школе

Дорогие читатели! Оформить подписку на наши издания можно в любом почтовом отделении страны, а также онлайн на сайте [www.ug.ru](http://www.ug.ru).

Наши подписные индексы по каталогу «Почта России»

«Учительская газета»: ПЗ357

«Мой профсоюз»: ПА002

Комплект «Учительская газета» и «Мой профсоюз»: ПО089, ПО091

### Новости

#### Перечень специальностей высшего образования актуализируют

В Минобрнауки России представили проект обновленных перечней специальностей и направлений подготовки высшего образования. Перечни планируется утвердить до конца 2021 года, а подготовка специалистов по ним начнется с 2024 года.

Как поясняют в министерстве, наименования специальностей в проекте приведены в соответствие с передовыми технологиями и требованиями работодателей. При этом сохранены особенности подготовки кадров по отдельным отраслям экономики (специальности в области обороны, здравоохранения, культуры и искусства).

Вводятся новые области образования, а также направления подготовки в сфере искусственного интеллекта, летательных аппаратов, синтетической биологии. Кроме того, предполагается создание условий для подготовки кадров на междисциплинарной основе, что позволит студентам сменить направление в ходе учебы и сформировать индивидуальную образовательную траекторию.

#### Что будут учитывать при аккредитации школ и колледжей

Минпросвещения России утвердило новые аккредитационные показатели для школ и колледжей. С 1 марта аккредитация образовательных организаций станет бессрочной, но вводится аккредитационный мониторинг, который позволит постоянно отслеживать качество обучения.

При госаккредитации школ будут учитываться такие показатели, как соответствие структуры и содержания образовательных программ и результатов обучения требованиям ФГОС, доля учителей с первой и высшей категорией, доля педагогов, прошедших повышение квалификации по профилю преподаваемого предмета за последние три года, обеспеченность каждого ученика учебниками из федерального перечня, наличие электронных библиотек, результаты оценки качества подготовки школьников. Каждому показателю присвоен свой удельный вес в баллах.

Эти же показатели будут частично использоваться при проведении аккредитационного мониторинга и при проверках общеобразовательных учреждений. Мониторинг также будет учитывать долю выпускников, получивших допуск к государственной итоговой аттестации в 9-м и 11-м классах, и долю выпускников, не набравших при аттестации необходимый минимум баллов по обязательным предметам.

При госаккредитации колледжей и техникумов будут учитываться доля работников, имеющих стаж работы по профилю образовательной программы, наличие электронной информационно-образовательной среды и внутренней системы оценки качества образования, результаты диагностических работ. Среди показателей, которые будут применяться при проведении аккредитационного мониторинга организаций СПО - трудоустройство выпускников в течение года после окончания обучения, итоги демонстрационных экзаменов.

Напомним, что ранее были утверждены новые аккредитационные показатели для вузов.

Сергей ДОНАТОВИЧ





# Сессия с профсоюзом

В Курске в седьмой раз прошла Молодежная педагогическая школа

Конец года - время подводить итоги, вспомнить самые значимые события. Одним из них стала VII сессия Молодежной педагогической школы (МПШ), которая состоялась в Курской области в конце сентября и собрала на базе спортивно-оздоровительного центра «Олимпиец» в живописном местечке Моква 140 молодых педагогов из всех уголков региона, в том числе председателей и членов молодежных советов территориальных организаций профсоюза. А еще были гости - москвичи и туляки.

Проект реализуется в рамках программы Курской областной организации Общероссийского Профсоюза образования «Вектор П» (Профсоюз. Поддержка. Профессионализм). Надежные партнеры МПШ - Комитет образования и науки региона, Курский институт развития образования и Институт непрерывного профессионального образования Курского государственного университета.

Главные задачи Молодежной педагогической школы - содействие привлечению, адаптации и закреплению молодежи для работы в образовательных организациях, создание условий для самореализации педагогов, включение их в активную общественную и профсоюзную деятельность. Кроме того, МПШ позволяет на практике понять, как организована работа профсоюзных организаций всех уровней, как профсоюз защищает права человека труда и представляет его интересы.

## Профсоюзные жаворонки

Всех участников школы традиционно разделили на пять команд, кураторами которых стали члены областного Молодежного совета Руслан Сеидов, Любовь Игрякова, Полина Кудюкова, Александр Шамин, Александр Гололобов - лидеры молодежных советов в своих территориях и

Названия команды придумали себе весьма креативные - от «КПСС» («Коллектив педагогов специального созыва») до «Жаворонков в профсоюзе». С наказом к молодым учителям обратились их будущие коллеги - студенты педагогических специальностей, участники VI сессии МПШ, прошедшей в мае 2021 года. Не была нарушена и другая добрая традиция - исполнение гимна молодых педагогов.

## Тяжело в учении, легко в бою

Образовательный блок VII сессии был составлен с опорой на предварительный мониторинг профессиональных затруднений участников. Актуальные проблемы современной системы образования обсуждались в ходе круглого стола с руководителями и специалистами органов управления в сфере образования, Курского института развития образования. Молодежь активно задавала вопросы, делилась личным мнением и опытом. Все сошлись в одном: чтобы повысить качество образования в Курской области, необходимо создать единое содержательно-деятельностное пространство, где будут сосредоточены научно-методические, кадровые, организационные ресурсы.

Следующий этап - педагогические мастерские. Интерактивные, цифровые и облачные технологии в образовании, виды информационных угроз и формирование навыков киберграмотности у обучающихся, неигровые имитационные методы обучения - все это стало понятно нашим молодым педагогам благодаря преподавателям КИРО. Они помогли систематизировать знания, научиться применять их на практике.

Используя методику форум-театра, молодые педагоги исследовали проблему скулштинга (вооруженного насилия на территории образовательных учреждений). Участникам МПШ в рамках импровизированного спектакля пришлось влезть в шкуру каждой стороны конфликта и рас-

состояла из нескольких этапов: «Трудные родители», «Вперед к читательской грамотности», «Рефлексия», «Профдиагностика: как не остыть и не выгореть», «Классный руководитель и цифровая образовательная среда».

И это далеко не все темы дня. Московский учитель, член президиума Совета молодых педагогов при ЦС профсоюза Артур Мангасаров рассказал об опыте управления молодежным советом в школе и о том, как с помощью проектной деятельности вовлечь молодых педагогов в активную профсоюзную работу.

От сотрудников аппарата Курского обкома профсоюза участники МПШ узнали о правах и гарантиях молодого педагога, основах социального партнерства, изучили правила поведения в социальных сетях.

## Инициатива... ненаказуема

Впервые на МПШ была развернута лаборатория общественной и социальной активности, где были представлены проекты и программы Общероссийского Профсоюза образования, Курской областной организации. Участники объединились в семь новых групп и включились в реализацию этих проектов.

В рамках региональной профсоюзной акции «Солдатские обелиски», которая родилась в год 75-летия Великой Победы, трудовой десант МПШ благоустроил пять могил ветеранов на кладбище в поселке Моква.

Педагоги дополнительного образования отправились на встречу с победителем Всероссийского конкурса «Арктур» Алексеем Гаврилюком из детского дома искусств «Ритм» Курска. Он призвал не бояться участвовать в конкурсах профессионального мастерства, рассказал, как пройти путь от муниципального до всероссийского уровня.

Самые спортивные попали на площадку «Сапсерфинг в массы!», где освоили этот набирающий популярность водный вид

чаще проявлять инициативу, использовать потенциал молодежи в деятельности территориальных профсоюзных организаций.

Еще один уникальный проект - «Книжное кафе», который уже много лет привлекает детей и подростков Курска, представила региональная молодежная общественная организация «Вертикаль». Активисты «Вертикали» в творческой атмосфере, танца и шутя, ознакомили участников МПШ с приемами, помогающими привить интерес к чтению.

Конечно, в Год спорта, здоровья и долголетия нельзя было обойтись без знакомства участников с проектами «Здоровые решения», «Антистресс», «Человек идущий», программой областной организации профсоюза «Оздоровление». Это пропаганда здорового образа жизни, профилактика синдрома профессионального выгорания и укрепление здоровья.

Интеллектуальная игра «Эйнштейн Party» от Павла Инякина, председателя Молодежного совета, учителя русского языка и литературы центра образования №31 имени Р.П.Стащенко Тулы, стала настоящим праздником хорошего настроения. Более 30 вопросов на логику, эрудицию из разных областей знаний - математики и литературы, биологии и музыки, кино и телевидения - не оставили равнодушным никого. Команды-победительница были поощрены сладкими призами, а также подарками от партнеров профсоюза - сети магазинов «Галамарт».

По итогам работы каждой лаборатории участники сняли видеоролики, которые вместе с молодыми педагогами смотрели гости конференции «Диалог с властью» - одного из самых значимых мероприятий Молодежной педагогической школы. В этом году на конференцию были приглашены Ольга Германова, депутат Государственной Думы VII и VIII созывов, Наталья Пархоменко, председатель Комитета образования и науки Курской области. Разговор получился открытым и интересным. Гости и участники МПШ обсуждали проблемы и перспективы развития образования, роль молодых педагогов в этом процессе.

Семилетний опыт реализации программы «Вектор П» привел к мысли о необходимости включения в систему подготовки учителя еще одной ступени - выявления и сопровождения школьников, ориентированных на педагогику. Так родился очередной проект Курской областной организации профсоюза - «Растим смену», презентация которого состоялась на МПШ. В ходе мозгового штурма участники МПШ и эксперты поделились идеями о том, что может сделать каждый учитель для его реализации.

Занятия на Молодежной педагогической школе завершились сдачей ЕГЭ. Точнее, «Естественно-научного экзамена» в форме квеста. Каждая команда проходила спортивное испытание, а затем демонстрировала знания и умения, полученные в рамках образовательной программы МПШ. И, конечно, каждый участник получил сертификат педагогической школы, свидетельство о прохождении курсов повышения квалификации от Курского института развития образования.

## Послесловие... Последействие!

Через несколько дней после МПШ, когда эмоции улеглись, участникам предложили ответить на вопросы онлайн-анкеты. Для многих стало открытием, какую важную роль во всех происходящих в отрасли процессах играет профсоюз. Практически все педагоги приняли решение войти в состав профсоюзного актива своей первички, своего территориального Молодежного совета и, конечно, выразили желание участвовать в следующей сессии МПШ!

Елена ЖИЛИНА,  
ведущий специалист Курской  
областной организации Общероссийского  
Профсоюза образования



образовательных организациях. Опытный наставник кураторов - Виктория Гонеева, председатель Молодежного совета при Курском обкоме профсоюза.

На церемонии открытия участников приветствовали председатель Курской областной организации Общероссийского Профсоюза образования Ирина Корякина, председатель Федерации организаций профсоюзов Курской области Алексей Лазарев, начальник отдела кадровой политики Комитета образования и науки региона Элина Зайцева, председатель Курской городской организации профсоюза Марина Боева.

сказать, что они чувствовали. Вместе искали выход: кто виноват и что можно сделать, чтобы не допустить непоправимое? В продолжение темы Вера Глевицкая, завлабораторией дошкольного образования и семейного воспитания Курского института развития образования, рассказала о способах профилактики агрессивного поведения.

После небольшого перерыва педагогические мастерские на пяти локациях территории лагеря развернул творческий клуб педагогов-новаторов «ЧУКУКР» («Чудеса Курского края»). Это давние друзья Молодежной педагогической школы и областной организации профсоюза. Маршрутная игра

спорта. В Курской области проект реализуется молодой семьей Саловых, Антоном и Ольгой, кстати, неоднократной участницей МПШ. В 2020 году они стали обладателями президентского гранта. Удивительно, но такая активность на воде подойдет даже тем, кто не умеет плавать.

В отдельный круг собрался актив областного Молодежного совета - представители всех муниципальных образований региона. Они говорили о способах активизации деятельности советов для решения актуальных проблем молодых педагогов. Ирина Корякина, председатель Курской областной организации профсоюза, призвала





**Спрос на среднее профессиональное образование в России год от года растет, как и число учреждений СПО. В то же время только в каждом третьем колледже и техникуме сегодня есть первичная организация Общероссийского Профсоюза образования. Семинар для директорского корпуса «Среднее профессиональное образование: новые реалии, факты и инструменты управления» стал новым этапом взаимодействия профсоюза с представителями сферы СПО. Руководители техникумов и колледжей из 27 регионов страны, приехавшие в Москву, смогли не только почерпнуть новые знания от ведущих лекторов профсоюза и представителей министерств и ведомств, но и разработать программы развития своих учреждений. А главное - в полной мере оценить пользу социального партнерства.**

Открывая встречу, заместитель председателя профсоюза Вадим Дудин отметил, что спрос на высшее образование в России падает, а на среднее профессиональное, напротив, растет. Этот феномен связан с тем, что многие молодые люди стараются быстрее обрести самостоятельность и финансовую независимость.

Профсоюз сегодня активно развивает работу в сфере среднего профессионального образования, сделав акцент на обучении. Для профлидеров техникумов и колледжей с 2017 года проводятся всероссийские семинары. Создан Координационный совет председателей первичных профсоюзных организаций в учреждениях среднего профессионального образования - КС СПО профсоюза.

Молодые преподаватели колледжей присоединяются к молодежному движению профсоюза, участвуют в сессиях всероссийской и региональных педагогических школ (ВПШ, РПШ), форумах, слетах молодых педагогов.

В феврале текущего года при активном участии профсоюза прошел Всероссийский конкурс «Мастер года», направленный на поощрение талантливых мастеров и преподавателей учебных дисциплин.

Первый профсоюзный семинар для директоров профессиональных образовательных организаций обозначил новый этап в этом направлении.

#### Главный вызов - технологический

Президент Союза директоров средних специальных учебных заведений России Виктор Демин на открытии семинара рассказал о перспективах сотрудничества с профсоюзом. Он подчеркнул, что социальная стабильность, особенно в период вынужденной дистанционной работы, во многом зависит от активной деятельности лидеров первичных профсоюзных организаций.

Среди вызовов системе СПО Виктор Михайлович выделил технологический. В связи с этим одна из ключевых проблем, требующих решения, - как не допустить запаздывания в подготовке кадров.

Тему стратегии развития системы СПО в своем выступлении продолжила Татевик

Карабекян, заместитель директора Департамента государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения Министерства просвещения РФ.

#### В тренде - широкая квалификация

Начальник Центра содержания и оценки качества СПО Института развития профессионального образования Светлана Наумова рассказала об обновлении федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) в соответствии с запросами рынка труда:

- Помимо того что меняется структура подготовки кадров, у нас ведется работа по укрупнению профессий и специальностей, чему предшествует подготовка соответствующих образовательных стандартов. Одна из ключевых идей связана с тем, что нашему рынку труда нужны специалисты с широкой квалификацией, которые могут в

тором успешности учеников по-прежнему остается учитель.

#### Акцент на обучении

Председатель КС СПО профсоюза Сергей Куропатин рассказал о деятельности совета с момента его создания в 2017 году. Именно тогда на всероссийском уровне началось обучение профсоюзных лидеров, которые возглавляют координационные советы у себя в регионах.

В декабре пройдет уже пятый всероссийский обучающий семинар-совещание, как и в прошлом году, в онлайн-формате. Такие семинары дают возможность не только получить новые знания, но и напрямую пообщаться с представителями министерств и ведомств, задать вопросы, которые волнуют коллективы.

На прошедших семинарах чаще других звучали вопросы, связанные с оплатой за классное руководство кураторам групп в



Светлана НАУМОВА

# Стимул для директора

Руководители техникумов и колледжей оценили пользу социального партнерства

процессе обучения и повышения квалификации «докручивать» нужные компетенции.

В институте был подготовлен новый макет ФГОС для профессий и специальностей среднего профессионального образования. Он разработан по принципу «конструктора компетенций». В отличие от моделей прежних лет макет 2021 года предусматривает присвоение одной (широкой) квалификации, при этом к ней приводится целый спектр видов профессиональной деятельности, из которых образовательная организация сама выбирает те, которые хочет включить в образовательные программы.

Кроме того, новый макет стандарта предполагает введение цифрового модуля по всем профессиям и специальностям СПО, обязательное освоение основ бережливого производства и финансовой грамотности.

#### Основной фактор успешности

Сотрудники аппарата Общероссийского Профсоюза образования - научный руководитель Учебного центра профсоюза Раис Загидуллин, эксперт Вера Панкратова и главный специалист отдела охраны труда и здоровья Антон Парубенко также выступили с лекциями.

Антон Семенович говорил о новациях Федерального закона №311-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой кодекс Российской Федерации», вступающего в силу 1 марта следующего года. Вера Николаевна Панкратова рассмотрела вопросы организации труда и заработной платы. А Раис Рамазанович представил тему «Управление качеством образования: факторы учебной успешности обучающихся». Вывод, который он сделал, может утешить представителей педагогической профессии: основным фак-



Сергей КУРОПАТИН

техникумах и колледжах, нормированием рабочего времени преподавателей во время региональных чемпионатов WorldSkills, квалификацией педагогов, поддержкой молодых кадров, дистанционной работой.

- Мы рады, что одно из наших предложений - распространить федеральную выплату за классное руководство на кураторов

групп СПО - поддержано в этом году на федеральном уровне, - подчеркнул Сергей Александрович.

Директора посетили столичные учреждения образования - Колледж полиции и колледж сферы услуг №10, которые отмечены знаком Московской городской организации профсоюза «Территория социального партнерства», а также ознакомились с работой подмосковного колледжа «Энергия» и Государственного института новых форм обучения (ГИНФО).

У коллег была возможность заняться проектной деятельностью и всего за несколько часов разработать программу развития для образовательной организации. В заключительный день все участники семинара получили удостоверения о повышении квалификации.

- Этот семинар - наш первый опыт, - отметила главный специалист аппарата профсоюза Галина Скомоорохова. - Программа была построена таким образом, чтобы директора смогли актуализировать свои знания о состоянии и перспективах развития профессионального образования, о происходящих социально-экономических процессах, обменяться опытом, а также структурировать свои представления о роли профсоюза.

Наталья ВОРОНИНА

## Участники о семинаре

**Наталья КРЫЖАНОВСКАЯ, заместитель председателя Волгоградской областной организации профсоюза:**

- Очень понравилась программа семинара - все четко, по делу. Эксперт аппарата профсоюза Вера Николаевна Панкратова подготовила богатейший материал по вопросам организации труда и заработной платы.

От нашего региона на семинар приехал директор Быковского аграрного техникума Владимир Мусахаев. Я видела, как у него блеснули глаза, когда во время групповой работы он осознал, что у многих колледжей и техникумов такие же проблемы, и ему открылись новые возможности. Совместная разработка программы развития объединила, появились новые практические идеи. Для развития социального партнерства такой семинар - прекрасный стимул.

**Сергей КУЗЬМИН, директор Ульяновского училища (техникума) олимпийского резерва:**

- В разные периоды жизни я занимал разные должности. Из сферы образования на много лет ушел в политику, а потом в спорт. Но когда в прошлом году меня назначили директором техникума, я в первую очередь поинтересовался, что у нас с профсоюзной организацией. Мы могли тогда вступить в профсоюз работников спорта или остаться в Общероссийском Профсоюзе образования. Коллектив выбрал Профсоюз образования, сотрудники и студенты у нас в одном профсоюзе.

Почему меня заинтересовал этот семинар? Мы рассматриваем дальнейшее развитие нашего училища не только по спортивному направлению, но и по смежным: туризм, рекреация. И мне было интересно узнать, как работают коллеги в других регионах, как решают вопросы социальной защиты сотрудников. Два дня было отведено на работу в группах, мы выезжали в образовательные организации и занимались проектной деятельностью.

Ценно и общение с экспертами, которые разрабатывают нормативную базу. Они у нас могли спросить, что происходит с системой СПО в регионах, а мы узнали от них об основных изменениях, готовящихся на федеральном уровне. Для меня ожидания от семинара оправдались, как будто спустя много лет я вернулся в большой коллектив единомышленников. Спасибо организаторам.



На открытии семинара





3 декабря в московской школе №1409 состоялось торжественное открытие финала Всероссийского конкурса «Педагогический дебют»-2021. Конкурс в 16-й раз провела Ассоциация лучших школ под патронатом Комитета Госдумы по просвещению, при поддержке Совета Федерации, Минпросвещения России, Общероссийского Профсоюза образования и ведущих педагогических вузов страны.

Старт конкурсу дал президент Ассоциации лучших школ Ахтам Чугалаев. Он зачитал приветствия в адрес финалистов, в том числе от министра просвещения Сергея Кравцова, председателя Общероссийского Профсоюза образования Галины Меркуловой. С живым приветствием выступил председатель жюри, декан факультета педагогического образования МГУ им. М.В.Ломоносова Виктор Басюк.

5 декабря - волнующий момент объявления победителей. Всех, кого отметило жюри, коллеги встречали овациями и криками радости.

**Номинация «Молодые управленцы»:** Магомед Асхабов (Чеченская Республика), Марина Обухова (Санкт-Петербург), Вячеслав Дмитриев (Мурманская область), Владимир Рыбась (Новосибирская область).

**Номинация «Молодые руководители дошкольных образовательных организаций»:** Ольга Боронина (Санкт-Петербург), Надежда Голиней (Пермский край), Эльвира Ягудина (Саратовская область).

**Номинация «Молодые классные руководители»:** Игорь Кузнецов (Забайкальский край), Илона Курилина (Санкт-Петербург), Анастасия Романова (Новосибирская область).

**Номинация «Молодые педагоги дополнительного образования»:** Дмитрий Алексеев (Новосибирская область), Викто-

## «Педагогический дебют»-2021: зимний, активный, творческий



В тот же день 137 финалистов конкурса в восьми номинациях - «Молодые учителя», «Молодые классные руководители», «Молодые педагоги-психологи», «Молодые педагоги дополнительного образования», «Молодые воспитатели дошкольных образовательных организаций», «Молодые управленцы», «Молодые руководители дошкольных образовательных организаций», «Педагог-наставник» - приступили к очным испытаниям.

Участники всех номинаций показали «Публичное выступление». Большинство конкурсантов (за исключением педагогов-наставников) презентовали опыт работы под девизом «У меня это хорошо получается». Наставники анализировали учебное занятие, участвовали в круглом столе по вопросам образования и давали мастер-классы. Молодые руководители школ и детских садов получили особые задания - провести презентацию видеороликов и решить управленческие, педагогические ситуации.

4 декабря был организован субботний вечер с Общероссийским Профсоюзом образования. Главный специалист аппарата профсоюза Дмитрий Голубев привел 12 аргументов за то, чтобы вступить в самую крупную отраслевую профсоюзную организацию страны и стать активистом молодежного педагогического движения, которое патронирует профсоюз.

А еще финалистов ожидали мастер-классы и тренинги от мэтров педагогики, культурная программа, неформальная встреча с сопредседателем оргкомитета конкурса «Педагогический дебют», депутатом Государственной Думы Ларисой Тутовой.

рия Мавлеткулова (Сахалинская область), Мария Румянцева (Санкт-Петербург).

**Номинация «Педагог-наставник»:** Ирина Добровольская (Новосибирская область), Наталия Панышина (Саратовская область), Екатерина Хайрова (Оренбургская область).

**Номинация «Молодые учителя»:** Елена Гайтанова (Новосибирская область), Александр Гимранова (Кировская область), Татьяна Еремеевкова (Белгородская область), Иван Пархутов (Новосибирская область), Влада Пестрикова (Архангельская область), Александр Покотило (Саратовская область), Полина Раевская (Новосибирская область), Анастасия Сотникова (Республика Татарстан), Анастасия Широкова (Саратовская область).

**Номинация «Молодые воспитатели дошкольных образовательных организаций»:** Станислав Воеводов (Краснодарский край), Данил Титов (Сахалинская область), Юлия Ярлыкова (Липецкая область).

**Номинация «Молодые педагоги-психологи»:** Ксения Барсова (Саратовская область), Мариям Колебаева (Оренбургская область), Людмила Семченко (Ростовская область).

7 декабря для победителей прошел финальный экзамен - ток-шоу «Профессиональный разговор» на тему «Ценности и смыслы современного образования». Одну из сессий ток-шоу провела секретарь - заводом по связям с общественностью аппарата профсоюза Елена Елшина. В результате жюри выбрало абсолютных победителей в каждой из восьми номинаций. Их имена к моменту сдачи газеты в печать еще не были известны. Читайте о конкурсе в ближайших выпусках «МП».

Оксана РОДИОНОВА

## Друг и защитник

### Профсоюзные уроки для школьников

Ставропольская краевая организация Общероссийского Профсоюза образования начала активную борьбу за внимание юного поколения. Чтобы сформировать у школьников позитивное отношение к труду, повысить их правовую грамотность, в ноябре в четырех школах Левокумского муниципального округа были организованы профсоюзные уроки.

друг!», а в 9-м классе состоялась беседа «Поговорим о профсоюзе». Школьники получили представление о профсоюзном билете, с интересом узнали о возможностях использования системы Profcards.

На выставках в фойе школ были представлены различные сувениры с символикой Общероссийского Профсоюза образования. Некоторые ученики были приятно удив-



Ученики 5-го класса школы №2

Председатели школьных первичек, а также члены муниципального Совета молодых педагогов, учителя - активисты профсоюзного движения в доступной форме рассказали ребятам о функциях профсоюза.

В школе №2 для тридцати двух учеников 4-х и 5-х классов решили провести игру «Профсоюз. Что? Где? Когда?». Больше всего ребятам понравилось разыгрывать тематические сценки. Например, одной группе школьников предлагалось побывать в роли профсоюзных вожakov, а другой выступить с позиции простого работника (водителя, врача, учителя, парикмахера, бухгалтера). «Работники» обращались с какой-либо просьбой, а «профком» старался найти решение проблемы.

В школе №7 шестьдесят восемь первоклассников «побывали в гостях» у профсоюза. Виртуальное путешествие расширило представление ребят о профессии и роли профсоюза в жизни людей. Малыши с удовольствием слушали песни о профсоюзе, решали кроссворды.

Для учеников 1-х и 2-х классов в школе №10 провели классный час «Знакомство с профсоюзом», а для одиннадцатиклассников - деловую игру «Трудовые отношения для несовершеннолетних». В продолжение игры старшеклассники создавали буклеты и листовки, используя профсоюзные атрибуты и лозунги.

В начальных классах школы №11 прошел единый классный час «Профсоюз - хороший

друзья, узнав, что все экспонаты созданы руками их педагогов.

Бесспорно, профсоюзные уроки достигли своей цели. На вопрос, что же такое профсоюз и для чего он нужен, школьники уверенно отвечали:

- Профсоюз - это друг и защитник (*Хадижат Шапиева, ученица 1-го класса*).

- Профсоюз оказывает бесплатную юридическую помощь и по необходимости материальную (*Владимир Бобрусев, 11-й класс*).

- Профсоюз никогда не оставит человека в беде (*Тимофей Самарин, 5-й класс*).

- Когда я вырасту и выберу профессию, обязательно вступлю в профсоюз (*Ангелика Попович, 4-й класс*).

- Профсоюз - это забота о своих рабочих (*Василиса Рудакова, 2-й класс*).

- В профсоюзе можно найти ответ на любой вопрос (*Алина Роменская, 9-й класс*).

- Профсоюз помогает взрослым (*Мурад Саидов, ученик 2-го класса*).

Уверена, что профсоюзные уроки в дальнейшем станут доброй традицией для всех образовательных организаций Левокумского муниципального округа.

**Лариса ТАРАНОВА,**  
председатель Левокумской  
территориальной организации  
Общероссийского Профсоюза образования

Ставропольский край



Профсоюзная выставка





**Январь**

Зима, наверное, самое лучшее время для того, чтобы осознать пользу бани. Так считает директор Таловского детско-юношеского центра имени Ю.Т.Титова Анна Давыдова. Банные процедуры улучшают состояние всего организма: повышают тонус кожи, очищают поры, избавляют от шлаков, усиливают кровоток, повышают эластичность суставов и хрящевых тканей, помогают очиститься бронхам и легким. После парилки вы почувствуете бодрость и прилив сил!

**Февраль**

Есть в нашем коллективе человек, у которого можно учиться самодисциплине и настойчивости. Судите сами: методист Елена Любасова в течение 40 лет каждое утро начинает с зарядки. Комплекс состоит из простых упражнений, помогает обрести бодрость и оптимизм, настроиться на хороший день. Елена Ивановна говорит, что во время упражнений укрепляется сердечная мышца, улучшается работа дыхательной системы, повышается упругость мышц и сосудов, выравнивается осанка, усиливается концентрация внимания, стимулируется работа мозга.

Елена Любасова еще и хозяйка живого уголка. Общение с животными плюс заряд бодрости с утра - составляющие здоровья и прекрасного самочувствия.

**Март**

Ранняя весна - время романтиков, когда просыпаются творческие силы, хочется сделать что-то необычное, красивое, теплое. Что именно? Вот лайфхак от педагога дополнительного образования Ирины Пироговой.

Перед вами четыре задачи: навести порядок в бумагах, утилизировав ненужные журналы; сделать украшение для дома из бросового материала; подарить радость себе, друзьям и близким; спокойно подумать о жизни и о себе.

Решение одно - создание картин в технике аппликации из фрагментов журнальных страниц. Ирина Валерьевна рассказывает: «Сначала образы должны появиться в вашем сознании, потом найдите время, когда вы сможете посвятить себя творчеству. А затем в душе зазвучит музыка, пальцы сами начнут выбирать нужный фрагмент из журнальной страницы, чтобы родилась

Работа с землей и растениями помогает сконцентрироваться, забыть о проблемах, поэтому депрессиям не место в душе тех, кто возделывает грядки. Овощи, выращенные собственноручно, гораздо вкуснее и полезнее. Вам не нужны занятия в тренажерном зале, прекрасная физическая форма обеспечена. Эта работа развивает креативность и терпение. И так, друзья, скорее в огород, к природе!

**Май**

Май зовет нас на природу, на прогулку в лес, в парк, в поле. Евгения Романченко чувствует природу душой. Она умеет заботиться о животных и растениях. А они послушно растут, развиваются, отвечают преданностью и любовью.

Интересное предложение от Евгении Александровны: «Если вы хотите увидеть как можно больше, почувствовать прелесть быстрой езды и пообщаться с домашним животным, отправляйтесь на велосипедную прогулку вместе со своим питомцем».

# Календарь здоровья

*Добрые советы на каждый день от педагогов Таловского детско-юношеского центра*

Четвероногий друг Евгении Александровны - Босс, двортерьер. Добродушный, веселый, умный.

Собака - прекрасный собеседник. Так что можете «поговорить» с ней о самых серьезных и важных вещах. Выслушает и поддержит. Вы почувствуете, что на душе стало легче, и наверняка найдете решение проблемы. А если вы еще и любите фотографировать, прекрасные кадры сохраняют самые яркие моменты ваших прогулок.

**Июнь**

В начале лета педагоги строят планы на каникулы. В нашем коллективе есть человек, который уже почти сорок лет включает в свои летние планы поход на байдарках. Зовут этого замечательного педагога Владимир Кутяков.

Владимир Михайлович убедительно рассказывает: «Походы на байдарках - сплошная

Забродина: «Нравится ли вам делать каж- додневную домашнюю работу по хозяй- ству? Многие ответят честно: «Не всегда!» Проверено на себе: домашние дела спо- рятся под любимую музыку. Под нее можно петь, работая пылесосом или готовя обед. И знаете, комната выглядит чище после такой музыкальной уборки, а еда намного вкуснее. Если вы еще будете пританцовы- вать, отличное настроение вам и домашним гарантировано. И еще - появляются инте- ресные идеи по перестановке мебели, за- мене штор, обоев, созданию декоративных композиций!»

**Август**

В этом месяце хочется максимально использовать все богатство, выращенное собственными руками. Педагог дополни- тельного образования Инна Золотарева - настоящий мастер домашних заготовок. Инна Владимировна убеждена: если вы го- товите варенья и соленья, думая о тех, кому их будете дарить, заготовки получаются

все о влиянии музыки и пения на здоровье человека. Внимание, лайфхак: попробуйте совместить упражнения для развития го- лоса с... квашением капусты. Это серьезный процесс. Нужно разогреть связки, потом спеть бодрую мотивирующую песню, на- пример «Вейся ты, вейся, капустка». Затем размять руки и плечевой пояс, так как ква- шение - работа для сильных людей. И когда капуста нарезана под сопровождение рит- мичной народной песни, можно приступать к самому ответственному моменту - смеси- ванию с солью. Но главный совет от Елены Викторовны: «Чтобы каждый раз капуста была вкуснее, нужно угощать хрустящим соленьем своих друзей и родных. От чистого сердца, искренне!» Попробуйте, проверено.

**Ноябрь**

Слякоть, холод, дождь, ветер... Так хочется тепла и уюта! Нам помогут советы Марины Быковой. Она считает: основа здоровья - позитивный взгляд на жизнь. Попробуйте проспать со словами: «Здравствуй, но-

вкуснее. А еще Инна Владимировна сове- тует каждую банку не просто подписать, а снабдить красивым ярлычком, на котором не только год указать, но и рецепт оставить.

Анастасия Асеева предлагает дарить себе и другим отличное настроение, развивать творческие способности, узнавать новое, выпекая оригинальные торты! Как же это занятие поможет человеку в оздоровлении и развитии? Выпечка - прекрасная возмож- ность потренировать навыки самооргани- зации, правильно распределить время, это творческий процесс, не терпящий суеты и небрежности.

**Сентябрь**

Это любимая пора для грибников. Та- тьяна Панамарева считает поездки в лес за грибами лучшим отдыхом и самым прият- ным способом восстановления физических и душевных сил. Разве что-то может срав-

вый день! Я рад(-а) тебе. Пусть ты будешь добрым!» Это психологическое упражне- ние обязательно поможет получить по- ложительный настрой на день, неделю, месяц, год... жизнь. Более сложный совет от Марины Ивановны: ищите плюсы даже в патовых ситуациях.

Есть, правда, и рецепт для физической бодрости и душевного здоровья попроче: ходьба, ходьба, ходьба. И не важно, какая погода, главное, чтобы рядом были близкие люди, с которыми даже молчать - счастье!

Надежда Васютина опору для души ищет в старых советских фильмах. Они знакомы и близки, как самые дорогие люди. Встреча- ясь с любимыми картинами, вспоминаешь время, когда впервые познакомился с их героями. Немного грустно, но это приятная грусть. Надежда Викторовна убеждена, что любое физическое упражнение будет более действенным, если на душе спокойно и легко.

А Наталья Кончакова верит, что наши дети - лучший стимул для сбережения здоровья. Например, семья Кончаковых любит играть в футбол. В воротах мама, основательная и серьезная, поэтому мяч попадает в ворота нечасто, если только вратарь «случайно» его не пропустит. Трудно переоценить благотворное влияние искреннего, задорного детского смеха на наше самочувствие.

**Декабрь**

Месяц предвкушения праздника, сказки и чудес. А самый лучший праздник тот, который подготовлен с душой. Поэтому еще один полезный совет от Марины Быковой. Вышивайте, друзья! Это и отдых, и раз- влечение, и возможность своими руками сделать подарок близким людям. И еще. Вышивание - процесс неторопливый, помо- гающий обдумать события года, привести в систему, проанализировать и наметить планы. Это очень важно!

Если вы хотите перед праздником при- вести в порядок не только душу, но и тело, обязательно прислушайтесь к советам на- ших замечательных хореографов Лидии Легковой и Светланы Кожкиной: «Танцы на ужин, танцы на обед, танцы на завтрак - вот и весь секрет!» Для хореографиче- ского похудения можно выбирать музыку разных жанров и направлений, все зависит от настроения. Такие занятия лучше всего помогают, если вы танцуете в компании единомышленников. Объединяйтесь и на- страивайтесь на приятную волну!

*Светлана БОНДАРЕНКО,  
педагог дополнительного образования,  
председатель профсоюзного комитета  
Таловского детско-юношеского центра  
имени Ю.Т.Титова  
Воронежская область*



**Будьте здоровы, коллеги!**

картина, не похожая ни на какую другую, от- ражающая ваши чувства и мысли. И вы по- чувствуете себя чуть-чуть волшебниками!»

**Апрель**

Апрель - любимое время тех, кто получает силы от работы с землей.

Я, автор этого материала, не знаю луч- шего средства для укрепления сил, мо- ральных и физических. Читайте плюсы огородничества. Состояние сердечно-со- судистой и опорно-двигательной систем лучше, чем у обычных людей, ведь занятие огородом - это постоянное движение на свежем воздухе. Положительных эмоций от результатов своего труда ничто не заменит.

польза. Если вы хотите сбросить лишний вес, выработать гибкость и выносливость - на байдарки. Желаете убежать от стресса, услышать спокойный разговор речки, по- дышать свежим воздухом, полюбоваться прибрежными красотами - на байдарки. Мечтаете о душевном общении у костра на берегу реки после интересного дня - на байдарки. А какими вкусными кажутся на отдыхе простые домашние блюда!»

**Июль**

Это слово звучит как музыка! А значит, самое время поговорить о музыкальном лайфхаке. Его представляет завуч Талов- ского детско-юношеского центра Ольга

нить с чистым, ароматным лесным возду- хом? А тишина и покой, которые действуют лучше самых дорогих антидепрессантов? А радость от встречи с грибом, спрятавшимся под листиком или открыто расположив- шимся на пеньке? В лес обычно ходят с родными и друзьями, и это бесценные мгно- вения душевного времяпровождения. Тре- нировка внимания, спокойное обдумывание накопившихся проблем, приятный расход калорий, новые эмоции, воспоминания детства - вот что такое тихая охота!

**Октябрь**

Елена Прачева руководит вокально-хо- ровым объединением, поэтому она знает





# Мыслить как Шерлок Холмс

Наталья Гуленина, воспитатель детского сада №88 Стерлитамака, в начале октября представляла Башкортостан на Всероссийском конкурсе «Воспитатель года»-2021 в Сочи и вошла в число 15 лауреатов. Про таких, как Наталья Валентиновна, говорят, что не человек выбрал профессию, а наоборот. Несмотря на то что жизнь ее семьи тесно связана с детским садом (мама Натальи до сих пор работает воспитателем), девушка еще со школы грезилась о другой профессии: мечтала стать учителем истории. Однако, окончив институт, она столкнулась с суровой реальностью - в родном Стерлитамаке подобных вакансий не было, и в школы города ее приглашали только через год.

Чтобы зря не терять столько времени, Наталья решила пока поработать в дошкольном учреждении, ее как раз пригласили в родной детский сад «Дубравушка», куда она ходила, когда была маленькой. И уже спустя месяц мечты о школе были забыты, внезапно оказалось, что ее призвание именно здесь. Воспитателем она работает всего пятый год, но за это время буквально влюбила в себя и детей, и родителей, и коллег.

- Работа с детьми приносит мне настоящее удовольствие, - делится Наталья Гуленина. - Я проживаю

вместе с ними детство, помогаю делать новые открытия, участвую в становлении каждого ребенка как личности. Интереснее всего смотреть, к какому результату в итоге придешь после всех вложенных усилий. Я очень люблю своих воспитанников. Не за что-то, а просто так. И когда утром, попрощавшись с родителями, они радостно бегут ко мне - это для меня и есть счастье!

На конкурс профессионального мастерства девушка решила пойти ради нового опыта. Наталья уверена, что в жизни каждого педагога наступает момент, когда понимаешь, что вариться в собственном соку неправильно. Нужно узнавать других воспитателей, смотреть, чем они живут, какие новые интересные методы в работе используют.

- Конкурс - это такая точка роста, - говорит Наталья. - Каждому из нас иногда надо выходить из зоны комфорта, для того чтобы актуализировать свои знания, умения. Конечно же, хотелось поделиться опытом, посмотреть, как работают другие. Понять, в правильном ли направлении я двигаюсь, и, возможно, определить для себя новый ориентир или цель. Конкурс был и сложным, и познавательным одновременно. Я получила большое удовольствие от общения с коллегами.

На региональном этапе конкурса было представлено много



Наталья Валентиновна умеет превратить занятие в увлекательную игру

интересных практик. Многие из них были связаны с формами дистанционной работы в период самоизоляции. Наталья презентовала на конкурсе метод использования интеллект-карт в дошкольном учреждении.

- Начав работать в детском саду, я заметила, что детям сложно усваивать большие объемы информации, давать же им в рамках занятий слишком мало знаний тоже не хотелось, - рассказывает о своем проекте Наталья Валентиновна. - Нужно было помочь детям не только узнать что-то новое, но и закрепить информацию, чтобы они в любой момент могли ее воспроизвести. Я вспомнила, как при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ использовала метод интеллект-карт, и

адаптировала его для работы в дошкольном учреждении. Этот метод помогает пробудить у ребенка способность к изображению окружающего мира, структурировать информацию, которую ему предстоит усвоить, разбить ее на конкретные образные единицы. Это как Шерлок Холмс в современном фильме мог запоминать огромные объемы информации, создавая так называемые чертоги разума.

Наталья Гуленина вместе со своей командой уже разработала целое учебное пособие по использованию интеллект-карт в детском саду и решила представить его на всероссийском конкурсе в Сочи. Подготовиться к нему ей помог Всероссийский профсоюзный тренинг-лагерь «Мастерская

успеха», который проходил летом в Краснодарском крае. Здесь Общероссийский Профсоюз образования собрал более ста педагогов всех уровней образования для межконкурсного сопровождения работников отрасли и их подготовки к профессиональным состязаниям.

Наталья Гуленина уверена, что после участия в конкурсе профессионального мастерства уже не сможет жить, как раньше. И считает, что каждый воспитатель должен принять в нем участие, чтобы иметь возможность познакомиться с колоссальным опытом коллег и просто испытать себя. Не стоит этого бояться.

Артур СУНАГАТУЛЛИН

# Из бизнеса в воспитатели

В социальных сетях можно встретить истории о том, как, уволившись из системы образования, человек стал счастливым. Многие сопровождают свой пост известной фразой: «Идите в бизнес». У воспитателя центра развития ребенка - детского сада №24 Красносельского района Санкт-Петербурга Натальи Ефременко все получилось с точностью до наоборот. Только придя в детский сад, она почувствовала себя на своем месте.

Талант общения с малышами Наталья, вероятно, унаследовала от мамы Валентины Петровны. Она не была воспитателем, работала инженером в научно-исследовательском институте, но удивительно умела ладить с детьми. Как вспоминает Наталья Вла-

димировна, дети многочисленных знакомых и друзей неизменно радовались ее приходу, потому что мама никогда не приходила без подарка в дом, где есть ребенок, всегда находила время поиграть и пообщаться с ним.

А вот решила на профессию воспитателя Наталья не сразу, после школы поступила в РГПУ им. А.И.Герцена на химический факультет. Интерес к этой науке ей привила школьный учитель химии (а ныне директор Информационно-методического центра Красносельского района Санкт-Петербурга) Татьяна Сенкевич. Так получилось, что наряду с профессией учителя Наталья освоила специальность переводчика в сфере профессиональных коммуникаций. В конце 4-го курса она отправилась на стажировку в Германию, где в течение 5 месяцев изучала

химию, посещала семинары и совершенствовала немецкий язык. Неудивительно, что сразу после выпуска молодого специалиста пригласили на должность менеджера в крупную компанию, которая занималась поставками сельскохозяйственной техники из Германии.

Переломным моментом в жизни Натальи стало появление на свет первого ребенка - дочери. Декретный отпуск заканчивался, а возвращаться в круговорот русско-немецкого бизнеса не хотелось. Наталья не смогла бы уделять внимание своей дочери, и она стала задумываться о новой работе. Когда малышке исполнилось 2 года, мама с дочкой стали посещать субботние занятия в «Ясельной академии», чтобы ребенку было легче адаптироваться к детскому саду. Наталья Владимировна порхала на занятия, как бабочка, получая едва ли не больше удовольствия, чем ребенок. Воспитатели сначала удивлялись, шутили, а затем пригласили работать к ним в детский сад и услышали радостное «да!». Этот ответ полностью изменил жизнь Натальи.

«Работа с детьми для меня - это прежде всего огромное количество положительных эмоций, - говорит Наталья Владимировна. - Мне нравится общаться, играть с ними, передавать им свои знания и умения. Дети - самые любознательные и творческие люди в мире, с ними никогда не бывает скучно. Мы придумываем интересные игры, возводим фантастические постройки, сочиняем удивительные истории, снимаем мультфильмы. Каждый раз, придя на работу, я знаю, что меня встретят радостные глаза и счастливые улыбки ребят, готовых мечтать, фантазировать, творить. И я с удовольствием буду делать это вместе с ними».

В 2020 году Наталья стала победителем районного конкурса «Воспитатель года», а

в 2021 вошла в пятерку лучших воспитателей на городском этапе. Профессиональные конкурсы - неоценимый опыт для педагога. Это возможность попробовать свои силы, поделиться своими педагогическими идеями и находками, ознакомиться с опытом коллег и пополнить свою методическую копилку. Для Натальи конкурс был своего рода покорением вершины. «Не важно, дошел ты до нее первым, вторым, третьим... - считает педагог. - Главное, ты эту вершину покорил и спускаешься с нее уже другим в профессиональном отношении человеком - уверенным в себе, полным идей и желания воплощать их для детей и вместе с ними».

При многочисленных заботах мамы и воспитателя Наталья Ефременко успевает заниматься общественной деятельностью, входит в Совет молодых педагогов Красносельского района Санкт-Петербурга, активно принимает участие в работе Школы молодых педагогов, где делится своими профессиональными находками.

Зачем воспитателю сегодня быть членом профсоюза? Наталья Владимировна так отвечает на этот вопрос: «Профсоюз - это прежде всего помощь и поддержка. Трудно предположить, как может сложиться жизнь и какие ситуации могут возникнуть, поэтому важно знать, что есть организация, в которую ты можешь обратиться за помощью. А еще, вступив в профсоюз, ты можешь помочь другим. Кроме того, профсоюз делает более доступными отдых и посещение различных культурных мероприятий, а значит, наполняет жизнь педагога яркими и интересными событиями».

Антон ЛЕВЦОВ,  
председатель Совета молодых педагогов Красносельского района Санкт-Петербурга



Общаться с детьми - это счастье





**Ведущая рубрики - Ирина КОЛИЧЕНКО, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития личности и профессиональной деятельности Пятигорского государственного университета, директор научно-практического центра «Social Excellence» («Социальное совершенство»)**

**Я работаю в детском саду, руковожу воспитателями. Порой такая печаль одолевает из-за людей, которым говоришь тихо, громко, по-всякому, а они тебя не слышат. Недавно я поняла, что они просто не хотят слышать и делать. Я человек-борец, привыкла бороться до последнего. Так иногда хочется дать людям все, оставив себе лишь малую часть, а они не слышат, не замечают, да и просто не хотят. Оцените ситуацию как психолог.**

**София А.,  
заведующая дошкольным образовательным учреждением, Ставропольский край**

Если я правильно поняла вашу ситуацию, воспитатели не слушают вас как руководителя и не делают так, как считаете нужным вы.

Проблема часто заключается в том, что выбранный путь человек считает наиболее верным. Мы крепко держимся за установки, выработанные годами, при этом наше мнение может кардинально отличаться от чужого.

Согласитесь, ваши коллеги взрослые люди со своим зрелым отношением к жизни. То есть воспринимают чужие советы, но принимают собственные решения, в том числе профессиональные. Каждый человек имеет право на свое мнение. Хорошо бы и руководителю прислушиваться к мнению подчиненных - вдруг в нем есть рациональное зерно. Почему часто руководители считают, что их взгляды на жизнь единственно правильные?

Вы пишете, что привыкли бороться до последнего. Однако бороться с кем? С тем, кому хочешь дать знания, поддержку, идеи? В таком случае это борьба не за него, а против. В результате подобной «борьбы» человек начинает сопротивляться, то есть не слышит, казалось бы, разумных предложений, отвергает вас как личность.

Подобное отвержение я бы назвала обесцениванием, и понятна ваша обида на такое отношение. Если взрослый человек не слышит конструктивные рекомендации другого, тем самым он скатывается на позицию Ребенка, как описано в транзактном анализе Э.Берна. Вас он подсознательно начинает воспринимать как указующего перстом Родителя, которому сопротивлялся в подростковом возрасте. Такая защитная реакция возникает в результате давления, нападок со стороны говорящего.

Все мы смотрим на окружающих через призму своих мыслей и убеждений, невольно проецируем на других людей (приписываем им) собственные желания и эмоции. «Все, что вы видите во мне, не мое, это ваше. Мое - это то, что я вижу в вас», - говорил Ремарк. Мы можем неверно трактовать поведение другого человека, ведь все мы думаем по-разному. Оппонент может размышлять не так, как вы - «в других категориях».

Теперь к вопросу о том, что вам хотелось бы отдавать людям все, оставляя себе лишь малую часть. В психологии это называется слиянием. Это характеристика психологически нездоровых отношений. Если другой понимает, что в ответ не сможет вернуть вам столько же, ему легче совсем отказаться от дающего «дары», уйти, чем чувствовать себя должным и виноватым.

Гуманно будет не вторгаться в личное пространство другого своими советами (в психологической терминологии это интервенция), а принять точку зрения оппонента, понять, что каждый из вас ценен по-своему. Поступая таким образом, вы показываете себя как сильную личность. Это величайшая работа над собой, но результат того стоит.

Когда руководитель осознает, что проявляет интервенцию, его переживания завершаются. Заодно прекращается давление с его стороны, а значит, взаимоотношения с подчиненными становятся куда более адекватными, чем раньше.

**Как вы думаете, по какой причине после ухода учеников из школы учителя ожидают от них продолжения отношений, поддержки? Как этого можно избежать?**

**Ольга С.**

Как правило, за поддержкой обращаются к более сильному. Вероятно, выпускник воспринимается как кто-то, кто сильнее учителя.

Поддерживают часто тех, кто «падает». Возможно, некоторые учителя настолько падают духом после выпускного бала, что подсознательно меняются местами со своими подопечными - учитель как бы становится Ребенком, слабым, нуждающимся в опеке, а ученик воспринимается как сильная фигура, способная выдержать жизненную конкуренцию, да при этом еще и поддержать «падающего».

Либо учителя считают, что столько вложили в учеников, что неосознанно ожидают отдачи в виде продолжения отношений. Психологическая теория обмена гласит: если предмет общения утрачивает значение, отношения прекращаются. Чаще всего взаимоотношения перестают иметь ценность для учеников. Но не для учителей.

Бывают педагоги, которые мертвой хваткой цепляются за учеников, «не отпускают» их. Это говорит о зависимых отношениях. Для поддержания психологического здоровья, адекватного отношения к жизни учителю нужно выходить из них с помощью специалиста. Самим это делать трудно и больно. Зато потом, когда специалист поможет в решении проблемы, учитель осознает: вот она, независимость.

**Что делать педагогу, если его захлестывают разрушительные эмоции? Как преодолеть негативное состояние?**

**Дарья А.,  
воспитатель частного детского сада, Москва**

Предлагаю несколько простых психологических упражнений, которые помогут избавиться от негативных эмоций. В основе этих техник лежит визуализация переживаний.

#### Упражнение «Визуализация»

Стоя, вытянуть руки в стороны. Почувствуйте опору под ногами. Представьте, что ладонями удерживаете резиновые стены справа и слева от себя. Обе стены давят на руки и заставляют их прижаться к телу. Как только руки коснутся туловища, их нужно выпрямить резким движением в стороны с криком «Ух!».

Проанализируйте, какую радость вы испытываете в момент и после преодоления препятствия.

#### Упражнение «Выбрасываю гнев»

Представьте, что негативные эмоции, которые на вас «нависли» кто-то другой, обволакивают ваше тело. Соберите руками эту негативную энергию, словно невидимые нити. Скрутите в комок. Посмотрите на него. Это комок гнева, злости, ненависти, обязательно чужой. Движением руки отбросьте его как можно дальше от себя. Последите, чтобы он упал и остался там либо исчез, коснувшись земли. Скажите: «Возвращаю гнев» (злость, ненависть и т.д.).

Важно, что вы не возвращаете человеку его разрушительные эмоции, но при этом очищаетесь от них сами.

#### Техника «Уходи от меня!»

Когда обстановка эмоционально накаляется, а ответить и выплеснуть свой негатив невозможно, человек чувствует, что события прямо-таки «поселяются» внутри него и начинают разрушать его психику. Попробуйте использовать следующую технику.

Нужно сконцентрировать внимание на ситуации (вашей реакции на ситуацию) и твердо, уверенно, жестко сказать: «Уходи». Эти слова можно сопроводить резким движением руки от себя, как бы отталкивая негатив, уводя его далеко вперед или в сторону.

#### Техника «Завершение. Радость»

Данная техника помогает диагностировать, остался у человека гнев или его уже нет.

На листе бумаги необходимо схематично нарисовать фигуру человека. Затем, желательнее другим цветом, изобразить ту эмоцию, которую испытываешь в данный момент - гнев, печаль, тоску и так далее (только одну). Если изображение касается фигуры человека, значит, эмоция осталась и с ней нужно поработать. Если эмоция далеко, значит, работа с ней завершена, она вас больше не коснется. Если же вместо разрушительных эмоций человек рисует позитивные, например радость, это означает, что работа над преодолением негативных переживаний была эффективной.

## Человек идущий

### Победить себя

Воронежская областная организация Профсоюза образования приняла активное участие в чемпионате России по фоновой ходьбе «Человек идущий». Представляли организацию несколько команд. Одна из них - команда обкома профсоюза. Она на соревнованиях выступила в категории «Корпоративные команды». И показала хорошие результаты, заняв место в верхней части рейтинговой таблицы. Всего командой из 21 человека за месяц было пройдено более 5,4 миллиона шагов!



Как известно, нынешний год в Общероссийском Профсоюзе образования объявлен Годом спорта, здоровья и долголетия. В связи с этим Центральный совет профсоюза и предложил профсоюзным организациям всех уровней включиться в проект «Человек идущий», реализуемый Благотворительным фондом Лиги здоровья нации. Проект воплощается в жизнь при поддержке Министерства спорта Российской Федерации в рамках федерального проекта «Спорт - норма жизни».

ЦС профсоюза выбрал «Человека идущего» не случайно - программа вошла в сборник лучших практик 2020 года «Активное долголетие». Основная цель программы - увеличение двигательной активности граждан для повышения уровня продолжительности и качества их жизни. Кроме того, ходьба является самым безопасным видом физической активности, не имеет противопоказаний и доступна для людей всех возрастов с разным уровнем физической подготовки, а это как раз то, что идеально подходит системе образования страны!

В основе проекта лежит организация всероссийских командных соревнований по фоновой ходьбе с использованием мобильного приложения по подсчету шагов. Проведение чемпионата в таком формате позволяет избежать массовых стартов и формировать индивидуальные графики ходьбы участников команд, что во время распространения коронавирусной инфекции особенно актуально.

В 2020 году соревнования по фоновой ходьбе стали самыми массовыми в условиях пандемии, в них приняли участие более 40 тысяч россиян.

В 2021 году к числу участников проекта добавился Общероссийский Профсоюз образования. Чемпионат проходил в пяти категориях: «Команды образовательных учреждений», «Корпоративные команды» (в частности, для представителей профсоюзных организаций), «Муниципальные команды» (для жителей и служащих муниципалитетов), «Группы ЗОЖ» (для неформальных объединений граждан), «Команды пенсионеров».

В числе первых свою команду «Продвижение П&О» из 26 человек в категории «Корпоративные команды» зарегистрировал аппарат Центрального совета профсоюза. Воронежский обком решил не отставать. Для участия в чемпионате «Человек идущий» областной комитет профсоюза создал команду «Вперед, Воронеж! П&О» из 21 человека. Всего же в данной категории было зарегистрировано 1213 команд, а суммарно по всем пяти категориям - 2296 команд со всех уголков России.

Основной, соревновательный, этап чемпионата стартовал 15 октября, а завершился 15 ноября. Говорить о результатах, касающихся изменения показателей здоровья, пока еще рано. Но что отмечают практически все участники команды «Вперед, Воронеж! П&О», так это то, что их жизнь определенно изменилась.

Кое-кто поставил своей целью ежедневно достигать или приближаться к верхней планке в 25 тысяч шагов, установленной организаторами соревнований, - и успешно справился с этой задачей. Но больше тех, кто просто увеличил время хождения пешком, стал делать это системно. И это уже немало!

Ведь главное в проекте «Человек идущий» - не столько первыми прийти к финишу, сколько победить свою лень, свое пристрастие к комфорту, одним словом, победить себя!

**Людмила ТОРЕЕВА**





Профессионалам – профессиональную прессу!

## ПОДПИШИСЬ НА КОМПЛЕКТ

«УЧИТЕЛЬСКАЯ ГАЗЕТА» + «МОЙ ПРОФСОЮЗ»

- в каждом почтовом отделении по каталогу «ПОЧТА РОССИИ»: индексы ПО089, ПО091
- в режиме онлайн на сайте [www.ug.ru](http://www.ug.ru).

# Учительская

независимое педагогическое издание Газета

# МОЙ ПРОФСОЮЗ

НОВОСТИ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ

ТВОРЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ УЧИТЕЛЯ

ОПЫТ УПРАВЛЕНИЯ ИЗ ПЕРВЫХ РУК

СЕКРЕТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
МАСТЕРСТВА

НОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ  
ТЕХНОЛОГИИ

ОПЕРАТИВНЫЕ  
РЕПОРТАЖИ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАНИЕ

ТВОРЧЕСКИЕ ВСТРЕЧИ

КОНКУРСЫ

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

СОЦИАЛЬНАЯ  
ЗАЩИТА

КОНСУЛЬТАЦИИ  
ЮРИСТА

## Вместе мы можем многое!

### «Учительская газета» и газета «Мой профсоюз» – достойный подарок учителю и школе!

«МОЙ ПРОФСОЮЗ» (12+)  
номер выпуска 49  
от 9 декабря 2021 г.

Время подписания в печать:  
14.00  
7 декабря 2021 г.

**Учредитель:**  
АО «Издательский дом  
«Учительская газета»  
**Издатель:**  
АО «Издательский дом  
«Учительская газета»  
Газета зарегистрирована  
Министерством РФ по делам печати,  
телерадиовещания и средств массовых  
коммуникаций (ПИ №77-1511)

Адрес редакции: 107045, Москва,  
Ананьевский переулок, 4/2, стр. 1.

**E-mail:** [uginfo@ug.ru](mailto:uginfo@ug.ru)

**Телефоны:**  
для справок (495) 259-53-02,  
для рекламы (495) 259-53-02

**Главный редактор** Наталья БУНЯКИНА  
**Шеф-редактор**  
Елена ЕЛШИНА ([elshina2004@mail.ru](mailto:elshina2004@mail.ru))  
**Ответственный секретарь** Ирина ШВЕЦ  
**Над номером работали:**  
Наталья ВОРОНИНА ([n.voronina@bk.ru](mailto:n.voronina@bk.ru))  
Оксана РОДИОНОВА ([prof.reporter2019@gmail.com](mailto:prof.reporter2019@gmail.com))  
**Верстка** - Константин ГРЕССЕЛЬ

Отпечатано в типографии  
ОАО «Московская газетная типография»  
123995, г. Москва, ул. 1905 года, д. 7, стр. 1.  
Индекс ПА002 в каталоге «Почта России»  
Зак. 2797  
Тираж газеты «Мой профсоюз» 32000  
Печ. л. 2,0.  
Цена договорная