



# Региональный слет учителей физической культуры общеобразовательных организаций Ярославской области



Пугачева Кристина Станиславовна,  
учитель физической культуры  
СОШ № 30, г. Рыбинск

Рыбинск, 2021 год

Региональный слет учителей физической культуры  
общеобразовательных организаций Ярославской области



# Коммуникативный интенсив

---

Пугачева Кристина Станиславовна,  
учитель физической культуры  
СОШ № 30, г. Рыбинск

10 сентября 2021 года

# Задачи образования

Раньше

Способы формально-ролевого общения  
«УЧИТЕЛЬ-УЧЕНИК»

На современном этапе

Общение по формуле  
«ЛИЧНОСТЬ УЧИТЕЛЯ -  
ЛИЧНОСТЬ УЧЕНИКА»  
с учетом индивидуальных особенностей каждого

# Эмоциональный интеллект

точка опоры



современного педагога

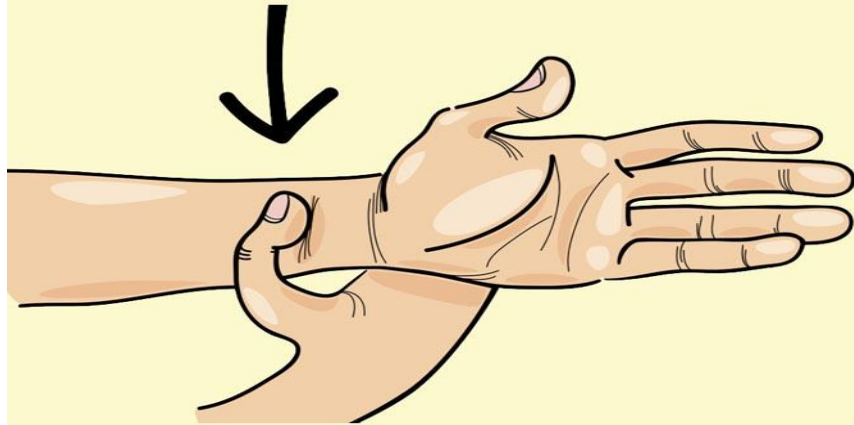
Помогает владеть и управлять своими психологическими и физическими состояниями, проявлять эмпатию

Помогает чувствовать и поддерживать обратную связь в общении, создавая благоприятные условия для общения

Повышает уровень оперативно-творческого мышления

# Самомассаж

Это прекрасная возможность восстановить силы, снять усталость, улучшить настроение



**МАССАЖ ЭТОЙ ТОЧКИ  
ПОМОЖЕТ ИЗБАВИТЬСЯ  
ОТ СТРЕССА ЗА СЕКУНДЫ**

# Самомассаж

---

Точка эмоционального равновесия



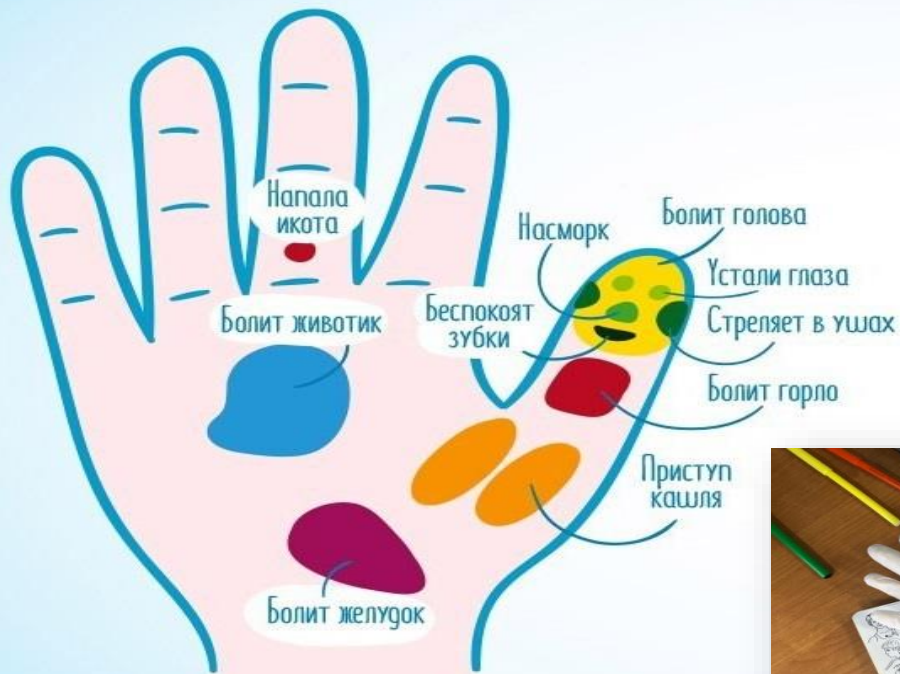
# Самомассаж

## Методика снятия тревожности



При помощи большого пальца правой руки, давящими движениями, массируйте центр левой ладони в течение 30-60 сек.

# Самомассаж на уроках





ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ

What a nice  
flower?



# Статистика подтверждает

**Проблемы с голосом –  
одна из составляющих  
профессионального выгорания педагога**

Из **1000** опрошенных

преподавателей вузов и школ

- 50% опрошенных отмечают усталость голосовых связок во время общения с аудиторией
- 60 % - недостаточно знают свои голосовые резервы, подвергая себя опасности «сорвать голос»
- 70% - не владеют дыханием



# Масштабный всероссийский проект «Здоровый голос»

Проект нацелен на информирование населения о том, как заботиться о здоровье  
ГОЛОСОВЫХ СВЯЗОК

- В разных городах страны прошли 60 лекций врачей-фоноiatров
- Кампания состоит из трех блоков:

«Школа голоса»

«Секреты голоса»

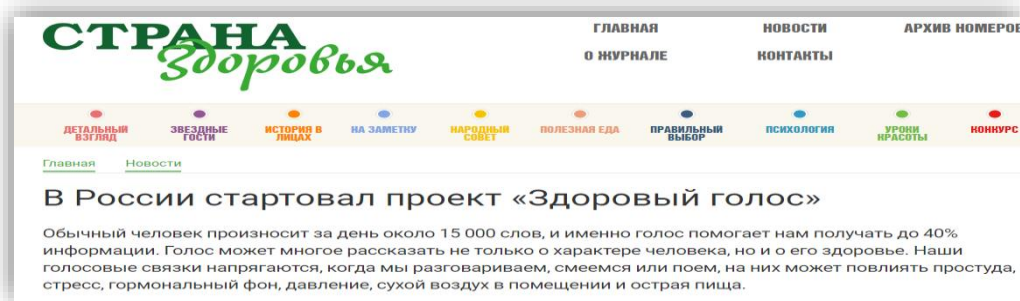
«Голос».

преподавателям

артистам

врачам

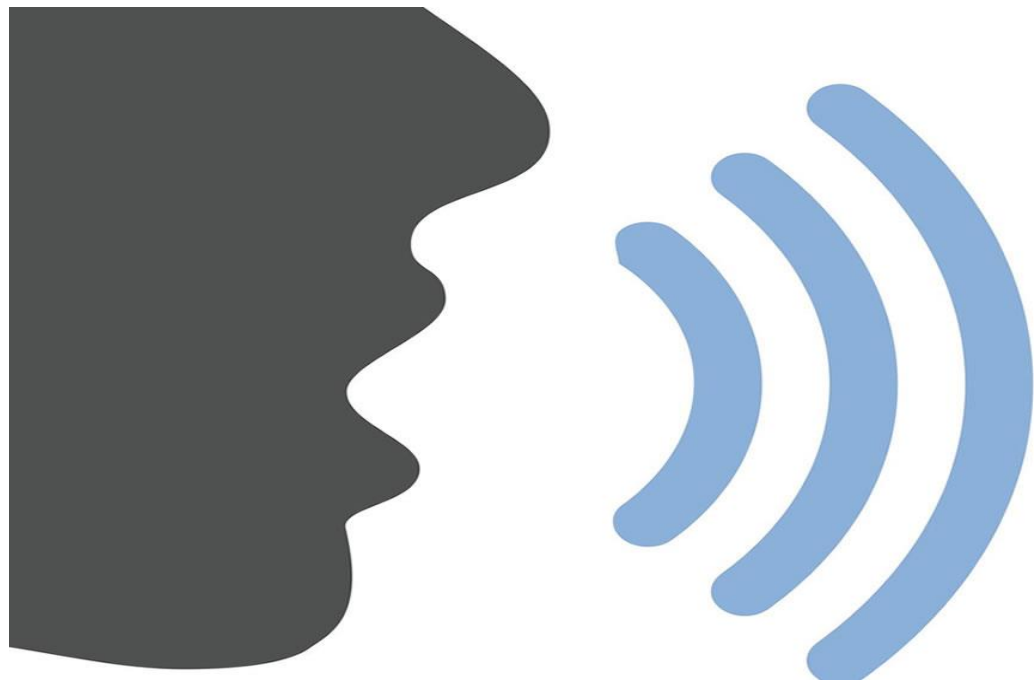
журналистам



Проект адресован:

# Проверим свой голос

---





**Музыкальный кабинет**

Музыкальный кабинет является одним из основных помещений в школе, где осуществляется обучение детей музыкальному искусству. В кабинете проводятся уроки музыки, репетиции, концерты и другие мероприятия. Кабинет должен быть оборудован музыкальными инструментами, нотами, учебниками и другими необходимыми предметами. Также в кабинете должны быть созданы условия для комфортной работы учащихся, включая хорошее освещение, вентиляцию и звукоизоляцию.



PC

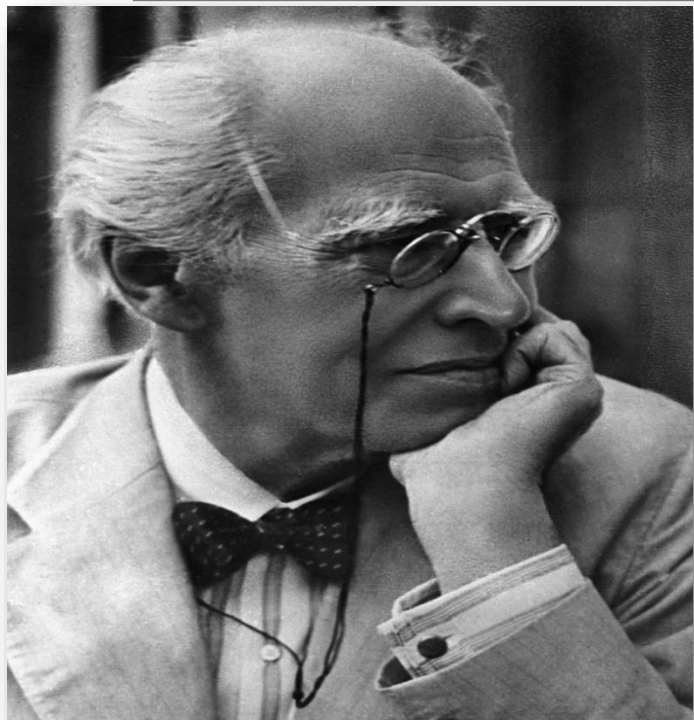
MR

QA

COAb



# Великие считали...



*«Хорошо сказанное слово –  
уже пение,  
а хорошо спетая фраза –  
уже речь»*

Станиславский К.С