ИМЦ Петродворцового района

РАЙОННАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ

СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛА: ПРОСТРАНСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО И ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

Секция «Педагог – ключевая фигура развития системы образования»

Формирование эмоционального благополучия преподавателей через путешествия

Ермошина Светлана Валерьевна,
учитель школы № 411
Петродворцового района Санкт-Петербурга

СОХРАНЯЕМ И ПРИУМНОЖАЕМ
ЛУЧШИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТРАДИЦИИ

2025

Значимость эмоционального благополучия в педагогике

Эмоциональное здоровье педагогов снижает риск выгорания и стимулирует творческий потенциал, что улучшает качество образования и способствует развитию нравственных ценностей. Одним из эффективных инструментов формирования эмоционального благополучия является посещение экскурсий



Ключевые преимущества экскурсионной деятельности для педагогов

1 Разнообразие впечатлений и снятие стресса

Учителя, выезжая за пределы школы, получают новые эмоции и знания, что способствует восстановлению ресурсов и эмоциональному подъёму.

2 Укрепление командных связей

Совместные путешествия расширяют профессиональные и личные связи между коллегами, создавая атмосферу поддержки и дружбы, важную для продуктивной работы.

3 Физическая активность и повышение мотивации

Прогулки и активный отдых во время экскурсий снижают усталость, стимулируют выработку гормонов радости и вдохновляют педагогов на новые творческие идеи.







Рекомендации для эффективной организации педагогических путешествий

Планируйте поездки регулярно, сочетая короткие выезды и длительные маршруты для поддержания интереса и разнообразия впечатлений.

Выбирайте культурные и природные объекты, связанные с образовательными программами, чтобы углубить знания и повысить познавательный интерес.

Учитывайте предпочтения педагогов и учеников, что позволит повысить эмоциональный отклик и результативность экскурсий.

Рекомендации для эффективной организации педагогических путешествий

Найдите единомышленников, которые составят вам компанию. Это могут быть коллеги или ваши собственные дети.

Привлекайте родителей! Родительская поддержка повышает качество и безопасность путешествий, создавая условия для успешных мероприятий.

Фотографируйтесь, ведите дневники путешествий, собирайте сувениры, чтобы сохранить приятные воспоминания и возвращаться к ним в трудные моменты.

Популярные экскурсионные направления в России

	Основные достопримечательности
Москва	Красная площадь, Кремль, Успенский собор, Благовещенский собор, Царь- колокол и Царь-пушка
Великий Новгород	Новгородский кремль, Софийский собор, Памятник Тысячелетия России
Пушкинские Горы	Михайловское, Святогорский монастырь, усадьба Петровское
Карелия	Парк Рускеала, мраморный карьер

Таблица отражает ключевые культурные и исторические объекты в различных регионах для образовательных путешествий.

Разнообразие культурных и природных памятников позволяет эффективно поддерживать эмоциональное развитие педагогов.

Активный отдых как основа эмоционального благополучия преподавателей



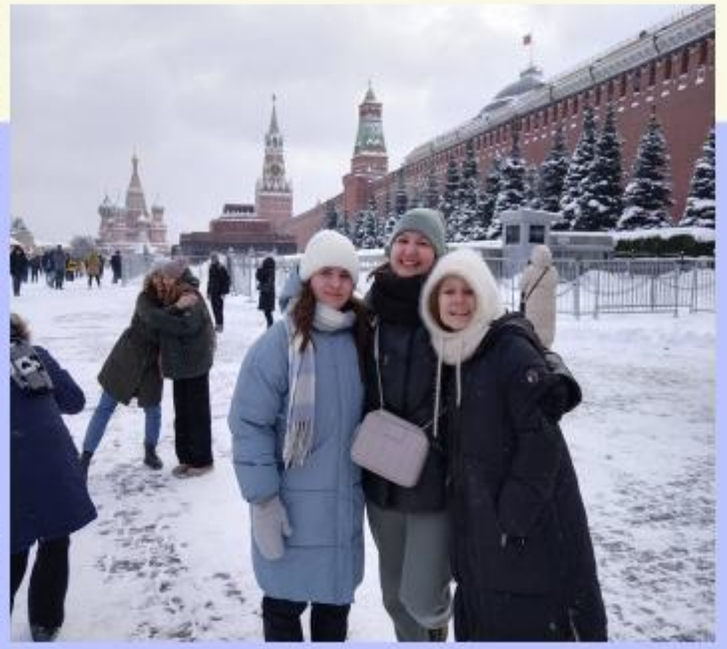


Во время экскурсий по природным маршрутам, таким как мраморный карьер Рускеала в Карелии, у педагогов улучшается настроение и снижается усталость благодаря физической активности.

Включение медитативных или расслабляющих мероприятий во время остановок помогает оптимизировать эмоциональный баланс и повысить общий тонус учителя.

Активный отдых как основа эмоционального благополучия преподавателей







Во время экскурсий по природным маршрутам, таким как мраморный карьер Рускеала в Карелии, у педагогов улучшается настроение и снижается усталость благодаря физической активности.

Регулярные путешествия способствуют расширению кругозора и снятию профессионального напряжения у педагогов.

Путешествия способствуют снижению профессионального стресса, формируют позитивный климат в образовательных учреждениях

Активный отдых как основа эмоционального благополучия преподавателей







Физическая активность во время путешествий способствует улучшению общего эмоционального состояния преподавателей. Регулярные прогулки и занятия спортом снижают уровень тревожности и способствуют выработке эндорфинов.

Перемена локации и новые впечатления активизируют позитивные эмоции, что благотворно влияет на эмоциональное состояние.

Организация и поддержка активного отдыха преподавателей со стороны государственных учреждений повышает качество образования. Регулярные путешествия способствуют восстановлению профессиональной мотивации.

РАЙОННАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ 2025
СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛА: ПРОСТРАНСТВО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО И ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

Кто хорошо отдыхает, тот хорошо работает!

