



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА  
КУРОРТНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
**«НА РЕКЕ СЕСТРЕ»**



## Пост-релиз

02 марта 2023 года в рамках районного учебно-методического объединения в очном формате прошел семинар для руководителей ОДОД и ШСК по теме «Профессиональное выгорание педагога – как справиться». Присутствовало 8 человек.

Семинар провела практикующий педагог-психолог ГБУ ДО ЦППМСП Славова Е.П. В условиях дефицита времени, обозначенного рамками семинара, были озвучены основные теоритические моменты, связанные с темой семинара, затем перешли к практике. Как эффективный инструмент психологической разгрузки и профессиональной самопомощи была предложена методика глубокого расслабления.

На встрече методистом Саблиной А.И. были подведены итоги районного этапа Всероссийских спортивных игр школьных спортивных клубов. В районном этапе приняло участие 9 ШСК. Программа игр состояла из состязания в спортивных видах – баскетбол и легкая атлетика и интеллектуального этапа – игра брейн-ринг. По итогам общекомандного зачета лидером стала команда ГБОУ лицея № 445, они будут представлять Курортный район на региональном этапе Игр.

Методист ДДТ «На реке Сестре»

Саблина А.И.