

## ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТІ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ВЧИТЕЛІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ТА САМОРОЗВИТКУ

У статті обґрунтовано і схематично представлено мету, зміст, методи, форми, засоби, плановані результати і процедуру проектування педагогічного процесу педагогічної технології формування компетентності індивідуального здоров'язбереження вчителів у процесі їх професійної підготовки та саморозвитку. Для студентів реалізація здоров'язбережувального змісту технології відбувається трьома шляхами: через виховну роботу кураторів академічних груп; через роботу валеологічного гуртка «Здоров'я та успіх»; через спеціальні інтегровані навчальні курси на етапі магістерської підготовки. Для учителів у процесі професійного саморозвитку реалізація здоров'язбережувального змісту навчання здійснюється шляхом запровадження у заклади середньої освіти спеціальної програми з формування індивідуального здоров'язбереження і профілактики професійного вигорання вчителів «Здоров'я вчителя».

**Ключові слова:** вчителі, студенти, здоров'я, компетентність індивідуального здоров'язбереження, педагогічна технологія, професійна підготовка, професійний саморозвиток.

Підготовка фахівців освітньої сфери тривалий час викликає низку протиріч, які особливо гостро постають в умовах її реформування. Вимоги, які висувуються до особистості вчителя, його професійних та індивідуальних якостей, рівня культури, компетентностей тощо, спонукають науковців і фахівців вищої педагогічної освіти до пошуку нових технологій, які могли б сприяти задоволенню цих вимог.

Специфіка педагогічної діяльності, згідно з концепцією Нової української школи [14], вимагає від вчителя виконання інноваційних ролей, більш активного залучення до громадської діяльності, встановлення різноманітних соціальних взаємодій, виконання управлінської й партнерської функцій тощо. Втім, це підвищує стресогенність професії, яка згубно впливає на здоров'я її представників і тим самим на якість викладання й успішність школярів. Водночас серед наукових досліджень замало праць, присвячених практичним аспектам збереження індивідуального здоров'я вчителя. Здоров'язбережувальні технології, які розробляються, здебільшого спрямовані на учнів. Натомість здоров'язбережувальне освітнє середовище, яке вважається оптимальним і пріоритетним для забезпечення комфортності та якості навчання, передбачає урахування позитивного впливу на здоров'я усіх учасників освітнього процесу, рівною мірою і для учителів.

З огляду на це розроблення технологій, які б сприяли формуванню компетентності індивідуального здоров'язбереження у майбутніх учителів і розвитку її у вчителів-практиків, є нагальною необхідністю.

Теоретичний і компаративний аналіз наукових праць [9; 10] і практичні дослідження, проведені автором протягом останніх років, засвідчили незадовільний стан здоров'я учителів загальноосвітніх шкіл [3], високі рівні професійного вигорання і наявність професійно зумовлених захворювань [4; 15], які є супутніми для представників педагогічної професії.

За дослідженням К. Scheuch, Е. Naufe, R. Seibt (2015), основними причинами дострокового виходу вчителів на пенсію є психічні та психосоматичні хвороби, які разом становлять 32–50% випадків [15]. Автори зазначають, що зміна базових умов для роботи у сфері освіти не може автоматично зберігати і у подальшому підтримувати здоров'я чи працездатність [15, с. 347]. Фахівці медичної галузі вважають, що вчительська професія потребує кваліфікованої медичної допомоги, з урахуванням особливого характеру вчителювання. Вона має надаватися в межах мережі фахівців, включаючи психологів, психіатрів і фахівців із психосоматики, на додачу до медичного лікування [15].

Варто погодитись, що, з одного боку, у педагогічній професії важливим є моніторинг стану індивідуального здоров'я, з іншого – індивідуальне консультування. Втім, є досить широкі можливості валеопедагогічних засобів і форм для профілактики порушень індивідуального здоров'я вчителів і підвищення мотивації для його збереження [7; 8; 11].

Необхідно зазначити, що формування компетентності індивідуального здоров'язбереження майбутніх учителів потребує спеціальної організації і розроблення спеціальних технологій, оскільки навчальні плани педагогічних закладів вищої освіти не спрямовані на забезпечення цього процесу [5]. Що стосується формування і розвитку цієї компетентності у вчителів-практиків, то технології, які мають застосовуватись, повинні мати, насамперед, потужний мотиваційний характер.

**Мета статті** – розробити педагогічні технології формування компетентності індивідуального здоров'язбереження (ФКІЗ) вчителів у процесі професійної підготовки та саморозвитку.

Завдання дослідження:

- 1) обґрунтувати мету, зміст, методи, форми, засоби, плановані результати і процедуру проектування педагогічного процесу як складові частини технології ФКІЗ майбутніх учителів під час професійної підготовки;
- 2) визначити специфіку технологій ФКІЗ для додаткової освіти і саморозвитку учителів-практиків.

Під час проектування технології ФКІЗ учителів, з одного боку, враховувались обов'язкові складові елементи педагогічних технологій: мета, зміст, методи, форми, засоби, плановані результати і процедура проектування педагогічного процесу; з іншого боку – особливості двох процесів: професійної підготовки майбутніх педагогічних працівників і додаткової освіти та саморозвитку осіб, які вже працюють за педагогічною спеціальністю.

Загальну схему педагогічної технології ФКІЗ учителів представлено на рис. 1. Під час розробки цієї схеми використовувались узагальнені дані теоретичних напрацювань автора [5; 6; 8; 9; 10; 11].

Метою технології ФКІЗ учителів є інтегроване формування і поступовий розвиток компетенцій, які в сукупності утворюють структуру компетентності індивідуального здоров'язбереження вчителя.

У попередніх дослідженнях описано структуру цієї компетентності [6] і концептуальні підходи до її формування [9; 10].

Визначення змістової частини технології ФКІЗ учителів передбачало формулювання конкретних цілей навчання. Як видно з рис. 1, вони певним чином різняться для студентів, які проходять процес професійної підготовки, і для учителів-практиків, які знаходяться у процесі професійного саморозвитку. Принципова відмінність у постановці цілей у такому разі пов'язана з етапами професійного становлення і розвитку. Для студентів більше уваги надається здоров'язбережувальній адаптації до умов навчання у ЗВО і вторинній профорієнтації з метою інтродукції у професію. Для учителів-практиків більше враховуються андрагогічні принципи навчання і створюються умови для позитивного емоційного сприйняття пропонованого змісту і створення позитивної мотивації до включення у навчально-профілактичну діяльність. Спільним змістовим цілеорієнтуванням як для студентів, так і для вчителів є формування системи знань про чинники ризику здоров'я у професії вчителя, навичок здоров'язбереження й адаптивної поведінки у професійних ситуаціях, навичок організації здоров'язбережувального освітнього середовища у закладі освіти (рис. 1). Також важливим елементом у постановці цілей є формування морально-ціннісних і світоглядних установок на збереження, зміцнення, підтримку і розвиток індивідуального здоров'я у процесі професійної діяльності вчителя.

Зміст навчального матеріалу розподіляється на три блоки: теоретичний, практичний та індивідуально-консультаційний (рис. 1).

Для студентів реалізація здоров'язбережувального змісту навчання відбувається трьома шляхами: 1 – через виховну роботу кураторів академічних груп, які сприяють адаптації майбутніх учителів до умов навчання у ЗВО і їх вторинній профорієнтації; 2 – через роботу валеологічного гуртка «Здоров'я та успіх», де студенти поглиблено вивчають власне здоров'я та шляхи його збереження [12]; 3 – через спеціальні інтегровані трансдисциплінарні навчальні курси (на етапі магістерської підготовки) [7; 11], оскільки стандартні курси валеологічного спрямування (основи валеології, основи медичних знань, безпека життєдіяльності тощо) орієнтовані здебільшого на формування здоров'язбережувальної компетентності учителів (спрямованої на збереження і зміцнення здоров'я школярів) і не розв'язують проблеми ФКІЗ майбутнього вчителя [5].

Програма нормативної навчальної дисципліни «Методологія збереження і зміцнення здоров'я» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів галузі знань 01 «Освіта», код та найменування спеціальності 8.01017 «Фізична культура і спорт» і передбачає вивчення закономірностей збереження здоров'я людини на рівні усіх його складових елементів, специфіки збереження і зміцнення індивідуального здоров'я людини на різних етапах онтогенезу, системний аналіз найбільш актуальних сучасних проблем збереження і зміцнення здоров'я на індивідуальному, груповому, суспільному та глобальному рівнях.

Метою курсу «Технології індивідуального здоров'язбереження і профілактика професійного вигорання» є навчання студентів збереженню індивідуального здоров'я у процесі професійної діяльності за допомогою фізкультурно-оздоровчих, психолого-педагогічних та психовалеологічних технологій [7]. Програма курсу (за вибором факультету) складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів галузі знань 01 «Освіта», код та найменування спеціальності 8.01017 «Фізична культура і спорт», адаптована для студентів усіх педагогічних спеціальностей.

Для учителів у процесі професійного саморозвитку реалізація здоров'язбережувального змісту навчання здійснюється шляхом запровадження у заклади середньої освіти спеціальної програми з формування індивідуального здоров'язбереження і профілактики професійного вигорання вчителів «Здоров'я вчителя» [8]. Програма розрахована на 6 місяців і передбачає проведення від 7 (мінімум) до 20 (за запитом закладу освіти) тренінгових і терапевтичних занять, а також індивідуальне психовалеологічне консультування (за запитом учителів) [13].

Процесуальна частина технології ФКІЗ охоплює кілька сторін організації навчального процесу. Для студентів і вчителів вона відрізняється і має свої особливості.

Основною особливістю технології на етапі професійної підготовки є її безперервність, наскрізність і наступність, тобто цілеспрямованість педагогічного здоров'язбережувального впливу упродовж термінів підготовки на бакалаврському і магістерському рівнях вищої освіти з урахуванням процесу інтродукції – початку професійно-педагогічної діяльності. Для студентів, починаючи з I курсу, створюються умови здоров'язбережувального освітнього середовища, які охоплюють гігієнічні, виховні, дидактичні, психовалеологічні, між- і трансдисциплінарні аспекти [2; 7; 8; 11; 13]. На початку навчання здійснюється діагностування стану здоров'я, зони професійного комфорту, сформованості складових елементів компетентності

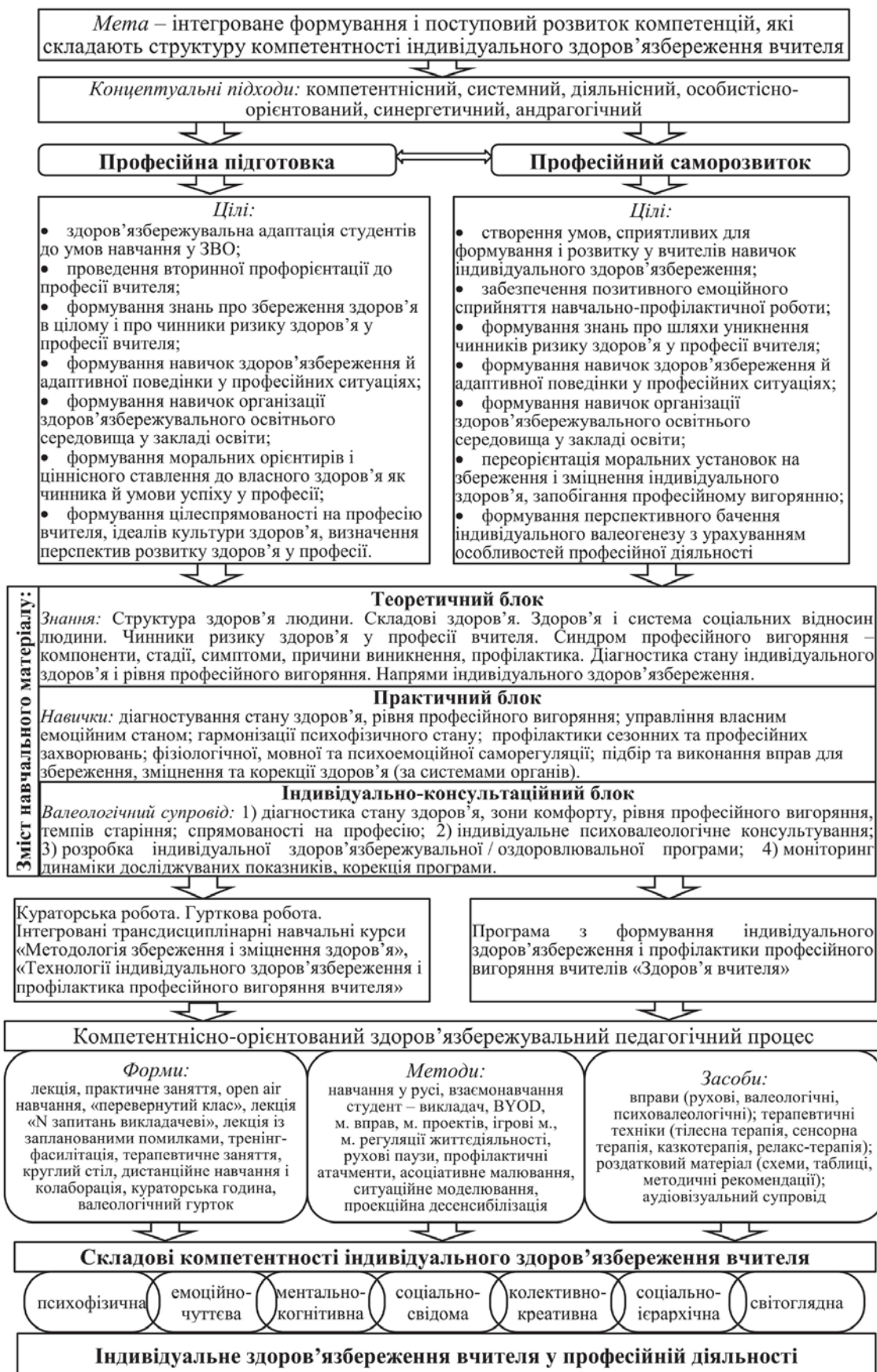


Рис. 1. Структура педагогічної технології формування компетентності індивідуального здоров'язбереження учителів у процесі професійної підготовки та саморозвитку

індивідуального здоров'язбереження, професійної зорієнтованості студентів на роботу вчителем. На етапі магістерської підготовки завдяки вивченню описаних вище дисциплін відбувається зміщення акценту з пасивно-інформаційного усвідомлення необхідності індивідуального здоров'язбереження (як процесу) на його активну самоактуалізацію (тобто переведенню в якість). Управління навчальним процесом здійснюється шляхом моніторингу досліджуваних показників, а також академічної успішності протягом усього терміну підготовки.

Для учителів шкіл процес ФКІЗ є більш коротким, але системно розподіленим у часі (заняття проводяться регулярно, через приблизно однакові часові проміжки) із відстеженням подальшого зворотного зв'язку. В учасників програми є можливість вибору тематики занять із запропонованого переліку [8] або пропонування своєї теми для розроблення автору програми. Заняття проводяться у приміщеннях школи, звичних і зручних для учителів, або open air – на свіжому повітрі. Індивідуальне консультування відбувається за запитом і у зручний для респондентів час. Управління навчальним процесом також здійснюється шляхом моніторингу досліджуваних показників – складових елементів компетентності індивідуального здоров'язбереження, стану здоров'я, зони професійного комфорту, рівня професійного вигорання, біологічного та психологічного віку, емоційного інтелекту [3; 4]. Учителі обов'язково отримують рекомендації з індивідуального здоров'язбереження (особисті і загальні), необхідні матеріали.

Методи і форми навчальної діяльності детально описані у попередніх роботах [2; 7; 8; 11; 13], а також представлені на рис. 1.

Підсумкова оцінка результатів впровадження технології ФКІЗ здійснюється на основі зіставлення даних про:

- рівень сформованості складових елементів компетентності індивідуального здоров'язбереження та ступінь умотивованості респондента до її розвитку;
- академічну успішність та пропуски занять за станом здоров'я (для студентів);
- динаміку стану здоров'я, зони комфорту, біологічного та психологічного віку;
- рівень професійного вигорання та його динаміку залежно від стажу педагогічної діяльності і специфіки педагогічної спеціалізації;
- можливості прогнозування подальших змін цих показників залежно від рівня сформованості кожного із компонентів компетентності.

Про ефективність технології ФКІЗ можуть свідчити позитивні зрушення в динаміці об'єктивних показників респондентів, їх світоглядного розуміння необхідності індивідуального здоров'язбереження у професійній діяльності і мотиваційно-ціннісних поведінкових орієнтирів.

Відтворюваність описаної технології ФКІЗ може бути досягнутою за умов правильного спрямування усього викладацького складу ЗВО, які здійснюють підготовку фахівців за педагогічними спеціальностями, на організацію здоров'язбережувального освітнього середовища; розроблення спеціальних методичних матеріалів для кураторів академічних груп і викладачів дисциплін валеологічного спрямування; впровадження запропонованих курсів до навчальних планів педагогічних ЗВО, профілактичної програми – до програм закладів післядипломної освіти з перепідготовки учителів, а також до системи неформальної освіти.

**Висновки.** Проведене дослідження дало змогу узагальнити результати попередніх розвідок, описати і схематично представити педагогічну технологію формування компетентності індивідуального здоров'язбереження учителів у процесі їх професійної підготовки та саморозвитку. Цю технологію можна вважати комбінаторним нововведенням, яке конструктивно поєднує деякі елементи раніше відомих методик і нові складові елементи, що до цього у такому варіанті не використовувалось. Інтеграційний ефект технології забезпечується шляхом поєднання професійного, здоров'язбережувального і світоглядного спрямування її мети, змісту, методів, форм, засобів, планованих результатів і процедури проектування педагогічного процесу.

Описана технологія дає змогу уникнути декларативності (а значить, і неефективності) у формуванні мотивації на здоровий спосіб життя у студентів і учителів-практиків й адресно спрямувати валеологічний вплив на кожну конкретну людину та дійсно забезпечити підвищення відповідальності особистості її індивідуального здоров'я.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в аналізі результатів впровадження технології формування компетентності індивідуального здоров'язбереження учителів у процесі їх професійної підготовки та саморозвитку у практику роботи закладів вищої та середньої освіти.

#### *Використана література:*

1. Апанасенко Г. Л. Санологія (медичні аспекти валеології) : підручник для лікарів-слухачів закладів (факультетів) післядипломної освіти / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова, А. В. Магльований. – Львів: ПП «Кварт», 2011. – 303 с.
2. Жара Г. І. Інноваційні здоров'язбережувальні технології у підготовці студентів педагогічного університету / Г. І. Жара // International scientific and practical conference “Innovations and modern technology in the educational system: contribution of Poland and Ukraine”: Conference Proceedings, May 5–6, 2017. Sandomierz. 204 pages. – P. 104–107.
3. Жара Г. І. Оцінка зони професійного комфорту учителів як засобу прогнозування динаміки їх індивідуального здоров'я / Г. І. Жара // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. – № 4 (68). – 280 с. – С. 90–99. – DOI 10.24139/2312-5993/2017.04/090-099.

4. Жара Г. І. Оцінка стану здоров'я та рівня професійного вигорання учителів загальноосвітніх шкіл / Г. І. Жара // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка [Текст]. Вип. 143 / ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка ; гол. ред. Носко М. О. – Чернігів: ЧНПУ, 2017. (Серія: педагогічні науки). – С. 246–254.
5. Жара Г. І. Порівняльний аналіз навчальних планів підготовки майбутніх учителів з точки зору формування у них компетентності індивідуального здоров'язбереження / Г. І. Жара // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка [Текст]. Вип. 147. Т. II / ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка ; гол. ред. Носко М. О. – Чернігів : ЧНПУ, 2017. (Серія: педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт). – С. 49–52.
6. Жара Г. І. Структура компетентності індивідуального здоров'язбереження вчителя у системі неперервної педагогічної освіти / Г. І. Жара // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди» – Додаток 1 до Вип. 36, Том III (63): Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». – Київ: Гнозис, 2015. – С. 313–323.
7. Жара Г. І. Технології індивідуального здоров'язбереження і профілактика професійного вигорання вчителя: Навчальний посібник для студентів педагогічних ЗВО / Г. І. Жара. – Чернігів, 2017. – 136 с.
8. Жара Г. І. Педагогічні технології формування та розвитку компетентності індивідуального здоров'язбереження практикуючих вчителів / Г. І. Жара // Педагогіка здоров'я: зб. наук. праць VII Всеукраїнської наук.-практ. конференції (м. Чернігів, 7–8 квітня 2017 р.): [в 2 т.] / ред. колегія: С.М. Шкарлет [та ін.]. – Чернігів, 2017. – Т. 1. – С. 248–251.
9. Жара Г. І. Структура індивідуального здоров'я людини з позицій причинно-системного підходу / Г. І. Жара // Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. – Харків : Вид. Рожко С. Г., 2017. – С. 26–33.
10. Жара Г. І. Теоретичні основи формування компетентності індивідуального здоров'язбереження вчителя у сучасній неперервній освіті / Г. І. Жара // Human health: realities and prospects. Monographic series. Volume 2. «Health and Environment», edited by Nadiya Skotna. Drohobych: Posvit, 2017, 392 p. – P. 283–300.
11. Жара Г. І. Форми і методи реалізації змісту компетентності індивідуального здоров'язбереження майбутніх учителів / Г. І. Жара // Наука і освіта: Науково-практичний журнал ПНПУ імені К.Д. Ушинського. – № 8/СХХХХІХ. – Одеса, 2016. (Серія: Педагогіка). – С. 52–57.
12. Жарая А. И. Задачи и принципы работы студенческого научно-практического кружка «Здоровье и успех» / А. И. Жарая // Перспективы развития современного студенческого спорта. Итоги выступлений российских спортсменов на Универсиаде-2013 в Казани : материалы Всеросс. науч.-практ. конф., Казань, 12–13 декабря 2013 г.; редкол.: Ф. Р. Зотова [и др.]. – Казань, 2013. – С. 234–236.
13. Жарая А. И. Сохранение профессионального здоровья будущих учителей в процессе индивидуального психовалеологического консультирования / А. И. Жарая // Здоровье для всех: сб. статей V Междунар. науч.-практ. конф., УО «Полесский гос. Университет», г. Пинск, 25–26 апреля 2013 г. / Нац. банк Республики Беларусь [и др.]; редкол.: К. К. Шебеко [и др.]. – Пинск : ПолесГУ, 2013. – С. 171–173.
14. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи. Ухвалено рішенням колегії МОН 27.10.2016. / Упор. Л. Гриневич та ін.; за заг. ред. М. Грищенка. – 40 с.
15. Scheuch K. Teachers' Health / Klaus Scheuch, Eva Haufe, and Reingard Seibt // Deutsches Ärzteblatt International – 2015. – 112(20). – P. 347–356; DOI: 10.3238/arztebl.2015.0347.

#### References:

1. Apanasenko H. L. Sanolohiia (medychni aspekty valeolohii) : pidruchnyk dlia likariv-slukhachiv zakladiv (fakultetiv) pisliadyplomnoi osvity / H. L. Apanasenko, L. A. Popova, A. V. Mahlovanyi. – Lviv : PP “Kvart”, 2011. – 303 s.
2. Zhára H. I. Innovatsiini zdoroviazberezhuvani tekhnolohii u pidhotovtsi studentiv pedahohichnoho universytetu / H. I. Zhára // International scientific and practical conference “Innovations and modern technology in the educational system: contribution of Poland and Ukraine”: Conference Proceedings, May 5–6, 2017. Sandomierz. 204 pages. – P. 104–107.
3. Zhára H. I. Otsinka zony profesiinoho komfortu vchyteliv yak zasobu prohnozuvannya dynamiky yikh individualnoho zdorovia / H. I. Zhára // Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii. – Sumy : SumDPU imeni A. S. Makarenka, 2017. – № 4(68). – 280 s. – S. 90–99. – DOI 10.24139/2312-5993/2017.04/090-099.
4. Zhára H. I. Otsinka stanu zdorovia ta rivnia profesiinoho vyhoriannya uchyteliv zahalnoosvitnikh shkil / H. I. Zhára // Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka [Tekst]. Vyp. 143 / ChNPU imeni T. H. Shevchenka ; hol. red. Nosko M. O. – Chernihiv: ChNPU, 2017. (Serii: pedahohichni nauky). – S. 246–254.
5. Zhára H. I. Porivnialnyi analiz navchalnykh planiv pidhotovky maibutnikh uchyteliv z tochky zoru formuvannya u nykh kompetentnosti indyvidualnoho zdoroviazberezhennia / H. I. Zhára // Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka [Tekst]. Vyp. 147. T. II / ChNPU imeni T. H. Shevchenka ; hol. red. Nosko M. O. – Chernihiv: ChNPU, 2017. (Serii: pedahohichni nauky. Fizychnye vykhovannia ta sport). – S. 49–52.
6. Zhára H. I. Struktura kompetentnosti indyvidualnoho zdoroviazberezhennia vchytelia u systemi neperervnoi pedahohichnoi osvity / H. I. Zhára // Humanitarnyi visnyk DVNZ «Pereiaslav-Khmelnytskyi DPU imeni Hryhoriia Skovorody» – Dodatok 1 do Vyp. 36, Tom III (63) : Tematychnyi vypusk «Vyshecha osvita Ukrainy u konteksti intehratsii do yevropeiskoho osvithnoho prostoru». – Kyiv: Hnozys, 2015. – S. 313–323.
7. Zhára H. I. Tekhnolohii indyvidualnoho zdoroviazberezhennia i profilaktyka profesiinoho vyhoriannya vchytelia: Navchalnyi posibnyk dlia studentiv pedahohichnykh ZVO / H. I. Zhára. – Chernihiv, 2017. – 136 s.
8. Zhara H. I. Pedahohichni tekhnolohii formuvannya ta rozvytku kompetentnosti indyvidualnoho zdoroviazberezhennia praktykuiuchykh vchyteliv / H. I. Zhara // Pedahohika zdorovia : zb. nauk. prats VII vseukrainskoi nauk.-prakt. konferentsii (m. Chernihiv, 7–8 kvitnia 2017 r.): [v 2 t.] / red. kolehiia: S. M. Shkarlet [ta in.]. – Chernihiv, 2017. – T. 1. – S. 248–251.
9. Zhara H. I. Struktura indyvidualnoho zdorovia liudyny z pozytsii prychnynno-systemnoho pidkhodu / H. I. Zhara // Zahalna teoriia zdorovia ta zdoroviazberezhennia: kolektyvna monohrafiia / za zah. red. prof. Yu. D. Boichuka. – Kharkiv : Vyd. Rozhko S. H., 2017. – S. 26–33.
10. Zhara H. I. Teoretychni osnovy formuvannya kompetentnosti indyvidualnoho zdoroviazberezhennia vchytelia u suchasni neperervni osviti / H. I. Zhara // Human health: realities and prospects. Monographic series. Volume 2. «Health and Environment», edited by Nadiya Skotna. Drohobych : Posvit, 2017. – P. 283–300.

11. Zhara H. I. Formy i metody realizatsii zmistu kompetentnosti indyvidualnoho zdoroviazberezhennia maibutnikh uchyteliv / H. I. Zhara // Nauka i osvita: Naukovo-praktychnyi zhurnal PNPУ imeni K. D. Ushynskoho. – № 8/ CXXXXIX. – Odesa, 2016. (Serii: Pedahohika). – S. 52–57.
12. Zharaia A. I. Zadachy u pryntsyphu raboty studencheskoho nauchno-praktycheskoho kruzhka «Zdorovie i uspek» / A. I. Zharaia // Perspektivy razvytyia sovremennoho studencheskoho sporta. Itohy vystuplenyi rossyiskykh sportsmenov na Unyversyade-2013 v Kazani: materyaly Vseross. nauch.-prakt. konf., Kazan, 12–13 dekabria 2013h.; redkoll.: F.R. Zotovaidr. – Kazan, 2013. – S. 234–236.
13. Zharaia A. I. Sokhraneniye professyonalnoho zdorovia budushchykh uchyteliei v protsesse yndyvudualnoho psykhovaleolohycheskoho konsulytyrovaniya / A. I. Zharaia // Zdorove dlia vsekh: sb. statei V Mezhdunar. nauch.-prakt. konf., UO "Poleskiyi hos. unyversytet", h. Pinsk, 25–26 apreliya 2013 h. / Nats. bank Respublyky Belarus [y dr.]; redkol.: K. K. Shebeko y dr. – Pinsk : PolesHU, 2013. – S. 171–173.
14. Nova ukrainska shkola: kontseptualni zasady reformuvannia serednoi shkoly. Ukhvaleno rishenniam kolehii MON 27.10.2016. / Upor. L. Hrynevych ta in.; za zah. red. M. Hryshchenka. – 40 s.
15. Scheuch K. Teachers Health / Klaus Scheuch, Eva Haufe, and Reingard Seibt // Deutsches Ärzteblatt International – 2015. – 112(20). – P. 347–356; DOI: 10.3238/arztebl.2015.0347.

***Жарая А. И. Педагогические технологии формирования компетентности индивидуального здоровьесбережения учителей в процессе профессиональной подготовки и саморазвития***

*В статье обоснованы и схематично представлены цели, содержание, методы, формы, средства, планируемые результаты и процедура проектирования педагогического процесса педагогической технологии формирования компетентности индивидуального здоровьесбережения учителей в процессе их профессиональной подготовки и саморазвития. Для студентов реализация здоровьесберегающего содержания технологии происходит тремя путями: через воспитательную работу кураторов; путём работы валеологического кружка «Здоровье и успех»; путём внедрения специальных интегрированных учебных курсов на этапе магистерской подготовки. Для учителей в процессе профессионального саморазвития реализация здоровьесберегающего содержания обучения осуществляется путём внедрения в школы специальной программы по формированию индивидуального здоровьесбережения и профилактики профессионального выгорания учителей «Здоровье учителя».*

**Ключевые слова:** учителя, студенты, здоровье, компетентность индивидуального здоровьесбережения, педагогическая технология, профессиональная подготовка, профессиональное саморазвитие.

***Zhara H. I. Pedagogical technologies for forming the teachers' individual health preservation competence in the process of professional training and self-development***

*The article substantiates and schematically presents the purpose, content, methods, forms, means, planned results and the procedure of designing the pedagogical process of the pedagogical technology of forming the individual health preservation competence of teachers in the process of their professional training and self-development. For students, the implementation of health-preserving content of technology occurs in three ways: through the educational work of academic groups' tutors; through the work of the valeological circle "Health and Success"; through special integrated training courses at the master's degree. For teachers in the process of professional self-development, the implementation of health-preserving content of education is carried out by introducing into the institutions of secondary education a special program on the formation of teachers' individual health preservation and occupational burnout prevention "Teacher's Health".*

**Key words:** teachers, students, health, individual health preservation competence, pedagogical technology, professional training, professional self-development.