ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор ТОВ «Всеосвіта»
_____ Іван ЛИТВИНЕНКО
24.02.2026 р.

Програма підвищення кваліфікації

педагогічних та науково-педагогічних працівників для роботи у закладах освіти (за видом освітньої послуги «ВЕБІНАР»)

Програму підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників розроблено відповідно до сучасної державної освітньої політики, Концепції Нової української школи та стратегії реформування освіти в Україні.

1. Найменування: «Якісна професійна діяльність вихователів в умовах сучасних викликів: психогігієна та розвиток стресостійкості».

2. Вид підвищення кваліфікації: навчання за програмою підвищення кваліфікації (участь у вебінарі).

3. Розробник — ТОВ «Всеосвіта».

Спікер(ка) — Марія Замелюк, кандидатка педагогічних наук, доцентка кафедри теорії та методики дошкільної освіти Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний інститут», практичний психолог, членкиня ГО Академія розвитку особистості, ВГО Асоціації працівників дошкільної освіти, ГО «Міжнародна фундація науковців та освітян» IESF, ГО Української асоціації сімейних психологів.

4. Мета: поглибити розуміння психогігієни педагогічної діяльності; ознайомити з механізмами професійного стресу та вигорання; навчити практичних технік саморегуляції; сформувати індивідуальний план підтримки стресостійкості.

5. Напрям: розвиток професійних компетентностей (знання навчального предмета, фахових методик, технологій); комунікаційна, психологічна, емоційно-етична компетентність.

6. Зміст:

1) сучасні професійні виклики діяльності вихователя;
2) сутність понять «психогігієна», «стрес», «стресостійкість», «професійне учасників із психологічними механізмами розвитку емоційного виснаження, вигорання»;
3) самодіагностика рівня психоемоційного ресурсу;
4) практичні техніки саморегуляції та швидкого відновлення;
5) конструктивне реагування на стресові професійні ситуації;
6) індивідуальний план підтримки психологічного здоров'я.

7. Обсяг (тривалість) навчання: 2 години /0,06 кредиту Європейської кредитної трансферно-накопичувальної системи (ЄКТС).

8. Форма (форми) навчання: дистанційна.

9. Програмні результати:

1) усвідомлення впливу сучасних викликів на професійну діяльність;
2) розуміння основних симптомів професійного вигорання;
3) розвиток навичок застосування практичних технік саморегуляції (дихальних, тілесних, когнітивних);
4) вміння визначати власні стрес-фактори та ресурси;
5) опанування алгоритму реагування на емоційно складні ситуації;
6) розроблення індивідуального плану психогігієни;
7) підвищення рівня професійної стресостійкості та психологічної культури.

10. Цільова аудиторія: корекційні педагоги, вихователі закладів дошкільної освіти, студенти спеціальності А2 Дошкільна освіта, практичні психологи.

11. Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться/набуватимуться:

загальні: здатність усвідомлювати свої професійні можливості та діяти лише в межах рівня професійної підготовленості; здатність діяти відповідально і свідомо на засадах поваги до прав і свобод людини та громадянина; реалізувати свої права і обов'язки; здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня;

фахові: здатність до самоконтролю, саморегуляції та толерантної взаємодії; уміння керувати власними емоціями у професійній діяльності чи/або під час спілкування з іншими учасниками освітнього процесу; уміння запобігати професійному вигоранню та коригувати власну професійну діяльність з урахуванням власного психоемоційного стану; уміння усвідомлювати та конструктивно реагувати на прояви емоцій, толерантно взаємодіяти з усіма учасниками освітнього процесу.

** Програму укладено відповідно до п. 10 постанови КМУ від 21 серпня 2019 року № 800 (із змінами і доповненнями, внесеними постановою КМУ від 27 грудня 2019 року № 1133)*

ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ