

Сырымбетова Л. С.¹, *Рамашов Н. Р.², Матвеева А.³

^{1,3} Карагандинский университет Казпотребсоюза

² Южно-Казахстанский педагогический университет им. О. Жанибекова

^{1,3} Караганда, Казахстан

² Шымкент, Казахстан

¹ ORCID 0000-0002-5063-3231

³ ORCID 0009-0009-9681-0561

*E-mail: ramashovn@mail.ru

РЕЗУЛЬТАТЫ ОПЫТНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация

В данной статье изложены результаты контрольного этапа опытно-педагогической работы по профилактике профессионального выгорания учителей физической культуры. Актуальность исследования определяется общей проблемой, характерной для современной казахстанской системы образования, которая связана с профессиональным выгоранием педагогов из-за высокого динамизма трансформационных процессов, обусловленных объективными требованиями современной жизнедеятельности социума.

Целью данной статьи является сравнительный анализ и интерпретация результатов диагностики эмоционального состояния учителей физической культуры в контексте профессионального выгорания.

Для достижения поставленной цели применены методы математической обработки статистических данных, их сравнительного анализа, интерпретации и визуализации результатов двух диагностик, проведенных на констатирующем и контрольном этапах опытно-педагогической работы, который продемонстрировал положительную динамику показателей искомого явления. Для установления значимости положительной динамики проведен корреляционный анализ, он засвидетельствовал высокую тесноту связи полученных результатов опытно-педагогической работы с предпринятыми действиями по профилактике профессионального выгорания учителей физической культуры. Проведенное исследование свидетельствует не только об абсолютной возможности, но и необходимости регулярной профилактики профессионального выгорания. И это не должно определяться возрастом, опытом, стажем и квалификацией педагогов. Вопросы профилактики профессионального выгорания педагогов непременно и постоянно должны находиться не только в поле образовательного менеджмента, но и в плоскости роста социально и профессионально значимых качеств личности педагогов.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, эмоциональное выгорание, учителя физической культуры, диагностика, сравнительный анализ, корреляционный анализ, опытно-педагогическая работа

Введение. Высокий динамизм происходящих перемен в социально-экономической жизни страны самым серьезным образом актуализирует проблему эмоционального выгорания личности. В особой степени этому подвержены педагоги, так как его профессиональная деятельность сопряжена с общением с очень широким кругом коммуникантов. При этом ему приходится осваивать все новые профессиональные компетенции и одновременно, реализовывая себя в широкой социальной общественности, получать удовлетворение от своей работы.

По мнению исследователей синдрома эмоционального выгорания, данное явление представляет собой постепенное нарастание эмоционального, умственного и физического утомления, снижения удовлетворенности результатами собственной деятельности. Этот синдром включает в себя 1) эмоциональное истощение, 2) редукцию личных достижений, которая проявляется в ослаблении профессиональной мотивации, 3) деперсонализацию, которая меняет позитивное отношение к миру на депрессивное состояние. В этом аспекте интерес вызывает мнение Бладыко А.В., которая в результате своего исследования сделала вывод о том, что «... В эмоциональном выгорании у учителей преобладают шкалы по «Эмоциональному истощению» и «Редукции личностных отношений» [1].

В своем исследовании Еркинбекова М.А., опираясь на подсчеты Евросоюза, указывает, что «... около 7% европейцев страдают от «выгорания» на работе, 5-7% подвержены

депрессии, 28% испытывают хронический стресс, а 33% мучаются от хронических болей в позвоночнике из-за работы» [2].

Верченко И.А. установила, что одной из главных причин профессионального выгорания педагогов является тревожность. Как утверждает исследователь, «... чем выше уровень тревожности, тем выше уровень профессионального выгорания педагогов; чем ниже уровень тревожности, тем ниже уровень профессионального выгорания педагогов» [3].

В целом, изучая синдром профессионального выгорания, ученые выделяют несколько групп факторов: личностные (склонность к интраверсии; реактивность; очень высокая эмпатия; заниженная самооценка), статусно-ролевые (низкий социальный статус, негативные гендерные установки), корпоративные (нечеткая организация и планирование труда; монотонность работы, отсутствие сплоченности, конфликты в профессиональной среде и др.). Исходя из особенностей причин, вызывавших опасную степень профессионального выгорания, ученые предлагают различные виды тренингов [4-8].

Нами детально изучены более 20-ти научных статей ученых, выпускных работ студентов и магистрантов по исследуемой проблеме. Изучение научной литературы в области профессионального выгорания педагогов позволило нам установить, что данная проблема является объектом пристального внимания ученых. Вместе с тем, в доступных источниках мы не обнаружили работ, посвященных профессиональному выгоранию учителей физической культуры.

Целью данной статьи является сравнительный анализ и интерпретация результатов диагностики эмоционального состояния учителей физической культуры в контексте профессионального выгорания.

Методы и материалы. Основная проблема исследования заключается в поиске ответов на вопрос: «Насколько состоятельна система тренингов, примененных для профилактики профессионального выгорания учителей физической культуры?». Основным методом решения данной проблемы является практическая верификация комплекса примененных тренингов по профилактике профессионального выгорания учителей физической культуры, которые подробно изложены в статье «Комплекс тренингов по профилактике профессионального выгорания учителей физической культуры», выполненной в рамках дипломного проекта № 2 - «Формы и методы профилактики профессионального выгорания учителей физической культуры», утвержденного приказом ректора Карагандинского университета Казпотребсоюза № 814 от 07.12.2023 года. Для диагностики степени профессионального выгорания учителей физической культуры нами применен адаптированный Н.Е. Водопьяновой вариант опросника К. Маслач и С. Джексон [9]. Отметим, что в данной статье дается сравнительный анализ статистических данных двух диагностик, первая из которых была проведена нами на констатирующем этапе опытно-педагогической работы в рамках указанного выше дипломного проекта. Вторая диагностика была проведена после формирующего этапа, когда с учетом исходного состояния искомого феномена педагоги приняли участие в серии тренингов по профилактике профессионального выгорания. Кроме того, для достижения поставленной цели применены методы математической обработки статистических данных, их сравнительного анализа, интерпретации и визуализации результатов двух диагностик, а также метод корреляционного анализа полученных данных.

Результаты и их обсуждение. С опорой на наблюдения А.В. Михайловой и К.М.Власовой, которые утверждают, что «... опасность эмоционального выгорания существует не только для опытных воспитателей, но и для молодых специалистов» [10], мы в число своих респондентов включили учителей физической культуры разного возраста, разного уровня квалификации. В нашем исследовании приняли участие восемь педагогов из разных школ карагандинской области. В первой статье на тему «Проблемы диагностики профессионального выгорания учителей физической культуры», выполненной в рамках нашего дипломного проекта, мы подробно изложили результаты «входной», начальной диагностики (далее – НД). После проведенных тренингов эти же респонденты приняли

участие и в контрольной диагностике (далее – КД), где также была использована методика К.Маслач и С. Джексон.

Ниже мы приводим результаты сравнительного анализа данных, полученных в ходе НД и КД. Так, по шкале «Психоэмоциональное истощение» наблюдается положительная динамика показателей среднего (с+25%), высокого (в+12,5%) уровней, без изменений остались показатели крайне низкого (кн) и крайне высокого (кв) уровней. Как положительную тенденцию мы оцениваем и спадающую динамику низкого (н-12,5%). Из этого следует, что у большинства респондентов начал снижаться процесс истощения ресурсов (эмоциональных, физических, энергетических), что обуславливает ослабление утомляемости, равнодушия и раздражительности (рисунок 1).

Значительный прирост продемонстрировали респонденты в показателях шкалы «Деперсонализация», означающей личностное отдаление. Об этом свидетельствует солидный прирост в показателях высокого (в+25%) уровня и снижение крайне низкого (кн-25%). Следовательно, есть основания утверждать, что у педагогов начал снижаться уровень раздражительности и нетерпимости в общении с детьми и коллегами, а также негативизма по отношению к ним (рисунок 2). Следует отметить, что в беседе с респондентами они признают улучшение эмоционального самочувствия при подготовке и проведении уроков, стали увереннее чувствовать себя при встречах с родителями школьников.

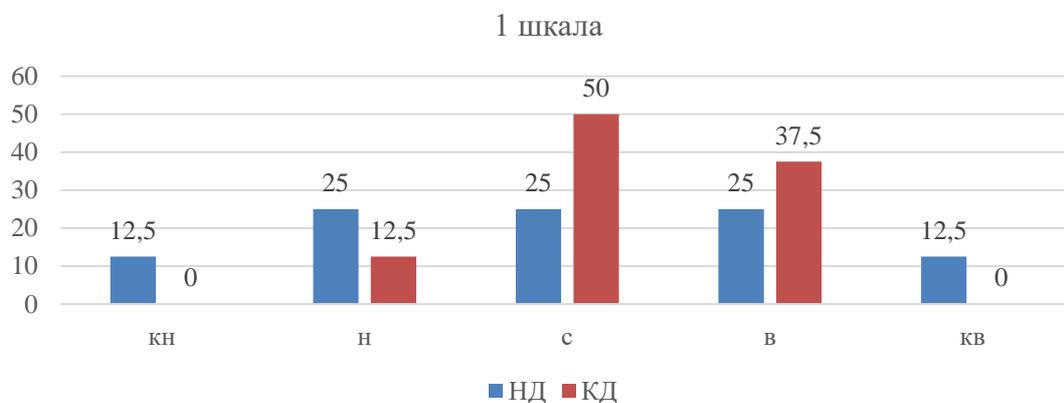


Рисунок 1. Сравнительный анализ показателей шкалы «Психоэмоциональное истощение» у учителей физической культуры (в %)

Источник: разработано авторами.

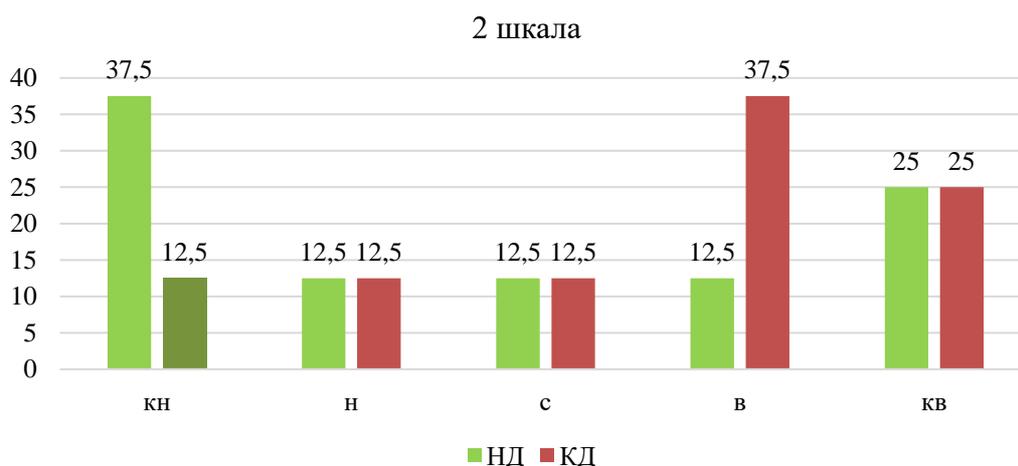


Рисунок 2. Сравнительный анализ показателей шкалы «Деперсонализация» у учителей физической культуры (в %)

Источник: разработано авторами.

Также положительная динамика наблюдается и в показателях школы «Редукция личных достижений». Здесь респонденты продемонстрировали рост высокого (в+25%) и снижение

низкого (н-12,5%) уровней. Несколько настораживает снижение показателей крайне высокого (кн-12,5%). Из сказанного следует, что четвертая доля респондентов ощутили повышение чувства собственной компетентности в своей работе, самооценки и собственной успешности не только в работе, но и в общении с окружающими вне работы, стало повышаться профессиональное самовосприятие. Стало улучшаться состояние мотивационной сферы, прибавился оптимизм (рисунок 3).

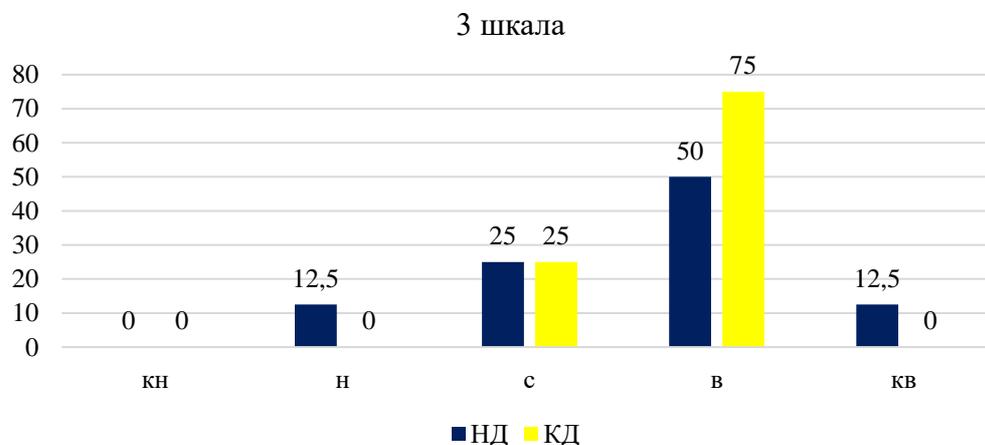


Рисунок 3. Сравнительный анализ показателей шкалы «Редукция личных достижений» у учителей физической культуры (в %)

Источник: разработано авторами.

Суммарный показатель всех трех шкал продемонстрировал прирост высокого (в+37,5%) и крайне высокого (кв+12,5%) уровней, а также снижение показателей низкого (н-12,5%) уровня. Следует отметить, что снижение среднего (с-37,5%) уровня следует рассматривать как положительную тенденцию, так как произошел «переход» на более высокие уровни (рисунок 4).

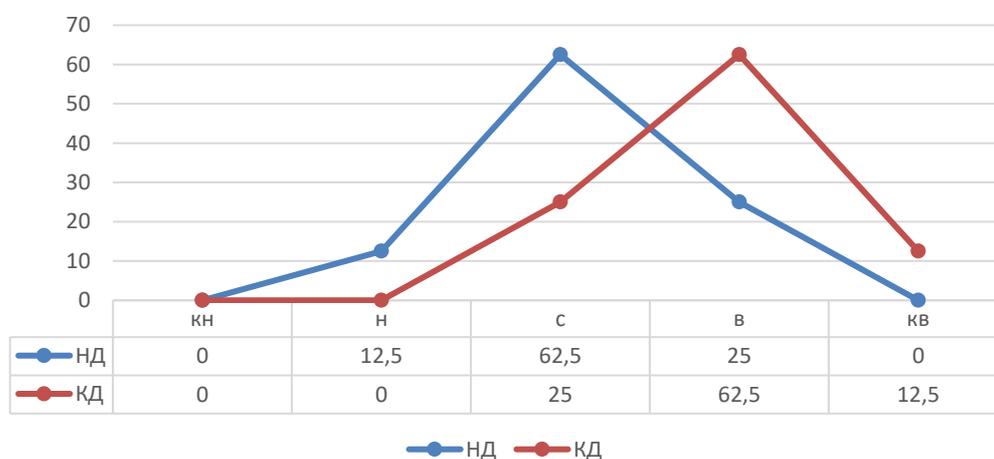


Рисунок 4. Сравнительный анализ показателей профессионального выгорания у учителей физической культуры (в %)

Источник: разработано авторами.

В целом, сравнительный анализ данных начальной (НД) и контрольной (КД) показал пусть не однородную, но положительную динамику.

Для достоверности полученных результатов мы провели корреляционный анализ данных, используя функцию КОРРЕЛ таблицы Excel. В итоге мы получили коэффициент корреляции, равный 0,723 (таблица 1).

Таблица 1. Результаты корреляционного анализа

| Шкалы | Уровни | Начальная диагностика (НД) | Контрольная диагностика (КД) | КОРРЕЛ |
|---|---------------------|----------------------------|------------------------------|--------------|
| 1 шкала «Психоэмоциональное истощение» | Крайне низкий (кн) | 12,5 | 0 | 0,723 |
| | Низкий (н) | 25 | 12,5 | |
| | Средний (с) | 25 | 50 | |
| | Высокий (в) | 25 | 37,5 | |
| | Крайне высокий (кв) | 12,5 | 0 | |
| 2 шкала «Деперсонализация» | Крайне низкий (кн) | 37,5 | 12,5 | |
| | Низкий (н) | 12,5 | 12,5 | |
| | Средний (с) | 12,5 | 12,5 | |
| | Высокий (в) | 12,5 | 37,5 | |
| | Крайне высокий (кв) | 25 | 25 | |
| 3 шкала «Редукция личных достижений» | Крайне низкий (кн) | 0 | 0 | |
| | Низкий (н) | 12,5 | 0 | |
| | Средний (с) | 25 | 25 | |
| | Высокий (в) | 50 | 75 | |
| | Крайне высокий (кв) | 12,5 | 0 | |

Источник: разработано авторами.

Значимость (качественная оценка) положительной динамики показателей профессионального выгорания учителей физической культуры определена нами шкалой Чеддока, согласно которой коэффициент 0,723 показывает высокую тесноту связи между проведенной работой по профилактике профессионального выгорания и полученными диагностическими данными (таблица 2).

Таблица 2. Шкала Чеддока

| Количественная мера тесноты связи | Качественная характеристика силы связи |
|-----------------------------------|--|
| 0,1 - 0,3 | Слабая |
| 0,3 - 0,5 | Умеренная |
| 0,5 - 0,7 | Заметная |
| 0,7 - 0,9 | Высокая |
| 0,9 - 0,99 | Весьма высокая |

Заключение. Проведенное исследование свидетельствует не только об абсолютной возможности, но и необходимости регулярной профилактики профессионального выгорания. И это не должно определяться возрастом, опытом, стажем и квалификацией педагогов. Вопросы профилактики профессионального выгорания педагогов непременно и постоянно должны находиться не только в поле образовательного менеджмента, но и в плоскости роста социально и профессионально значимых качеств личности педагогов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1 Бладыко А. В. Особенности эмоционального выгорания у учителей и преподавателей // Психология: традиции и инновации: материалы I Междунар. науч. конф. (г. Уфа, октябрь 2012 г.). — Уфа: Лето, 2012. — С. 34-39. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/35/2704/> (дата обращения: 21.11.2024).

2 Еркинбекова М. А. Профессиональное выгорание педагогов // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. - 2012. - №25-2. – С.233-238. [Электронный

ресурс]. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-pedagogov> (дата обращения: 21.10.2024).

3 Верченко И.А. Влияние тревожности на профессиональное выгорание педагогов // Мир науки. Педагогика и психология [онлайн]. – 2021. - №3.- Том 9. – С.1-12. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://mir-nauki.com/PDF/40PSMN321.pdf> (дата обращения: 24.10.2024).

4 Бойко В.В. Диагностика эмоционального выгорания личности /В.В. Бойко, Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. – С.394-399.

5 Сысоева С.А. Психолого-акмеологическая модель развития психологического здоровья педагога общеобразовательной школы: диссертация ... кандидата психологических наук: 19.00.13. - Тамбов, 2009.- 187 с. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.dslib.net/psixologia-razvitja/psihologo-akmeologicheskaja-model-razvitija-psihologicheskogo-zdorovja-pedagoga.html> (дата обращения: 20.10.2024).

6 Штумф В. О. Причины и проявления эмоционального выгорания педагогов. - Красноярск: Краснояр. гос. пед. Ун-т им. В.П. Астафьева, 2014. – 104 с.

7 Профилактика синдрома эмоционального выгорания: учебное пособие. – Краснояр. гос.пед. ун-т им. В.П. Астафьева, 2013. – 76 с. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://new.academy.edu.by/files/documents/VRVUO/2013_Kotova_Profilaktika_sindroma.pdf (дата обращения: 13.11.2024)

8 Сульчинская О., Лячина Т. 6 способов снять напряжение // Psychologies. – 2018. – №34. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://kiozk.ru/article/psychologies/6-sposobov-snat-naprazenie> (дата обращения: 19.11.2024)

9 Опросник на определение уровня психического выгорания (МБИ) (Авторы методики: американские психологи К. Маслач и С. Джексон. Данный вариант адаптирован Н.Е. Водопьяновой). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.ikatids38.ru/images/doc/studentu/vospitrab/kabinet_psichologa/oprosnik.pdf (дата обращения: 15.11.2024)

10 Михайлова А. В., Власова К. М. Профессиональные деформации и профессиональное выгорание педагогов // Педагогическая перспектива. – 2022. – №. 2 (6). – С. 38-44.

REFERENCES

1 Bladyko, A. V. (2012). Osobennosti emocional'nogo vygoraniya u uchitelej i prepodavatelej [Features of emotional burnout in teachers and educators]// *Psixologiya: tradicii i innovacii: materialy I Mezhdunar. nauch. konf. (g. Ufa, oktyabr' 2012 g.)* [Psychology: traditions and innovations: materials of the I International scientific conference (Ufa, October 2012)], Ufa: Leto, 34-39. [Electronic resource]. — URL: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/35/2704/> (Accessed: 21.11.2024). [In Russian]

2 Erkinbekova, M. A. (2012). Professional'noe vygoranie pedagogov [Professional burnout of educators] // *Psixologiya i pedagogika: metodika i problemy prakticheskogo primeneniya* [Psychology and pedagogy: methodology and problems of practical application], 25(2), 233-238. [Electronic resource]. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-pedagogov> (Accessed: 21.10.2024). [In Russian]

3 Verchenko, I. A. (2021). Vliyanie trevozhnosti na professional'noe vygoranie pedagogov [The influence of anxiety on the professional burnout of educators] // *Mir nauki. Pedagogika i psixologiya [onlajn]* [World of Science. Pedagogy and Psychology [online]], 3(9), 1-12. [Electronic resource]. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/40PSMN321.pdf> (Accessed: 24.10.2024). [In Russian]

4 Bojko, V. V. (2002). Diagnostika emocional'nogo vygoraniya lichnosti [Diagnosis of emotional burnout of personality] / V.V. Bojko, N.P. Fetiskin, V.V. Kozlov, G.M. Manujlov. *Social'no-psihologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malyh grupp* [Socio-psychological

diagnosis of personality and small group development], M.: Izd-vo In-ta psihoterapii [Publishing House of the Institute of Psychotherapy], 394-399. [In Russian]

5 Sysoeva, S. A. (2009). *Psihologo-akmeologicheskaya model' razvitiya psihologicheskogo zdorov'ya pedagoga obshcheobrazovatel'noj shkoly: dissertaciya ... kandidata psihologicheskikh nauk: 19.00.13*. [Psychological-Acmeological Model of Development of Psychological Health of a Teacher in a General Education School: *Dissertation ... for the Degree of Candidate of Psychological Sciences: 19.00.13*], Tambov, 187 pp. [Electronic resource]. - URL: <http://www.dslib.net/psixologia-razvitja/psihologo-akmeologicheskaja-model-razvitija-psihologich-eskogo-zdorovja-pedagoga.html> (Accessed: 20.10.2024). [In Russian]

6 Shtumf, V. O. (2014). *Prichiny i proyavleniya emocional'nogo vygoraniya pedagogov* [Reasons and manifestations of emotional burnout in educators], Krasnoyarsk: Krasnoyar. gos. ped. Un-t im. V.P. Astaf'eva [Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astaf'eva], 104 pp. [In Russian]

7 *Profilaktika sindroma emocional'nogo vygoraniya: uchebnoe posobie* [Prevention of emotional burnout syndrome: a textbook] (2013), Krasnoyar. gos.ped. un-t im. V.P. Astaf'eva [Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astaf'eva], 76 pp. [Electronic resource]. - URL: https://new.academy.edu.by/files/documents/VRVUO/2013_Kotova_Profilaktika_sindroma.pdf (Accessed: 13.11.2024). [In Russian]

8 Sul'chinskaya, O., Lyachina, T. (2018). *6 sposobov snyat' napryazhenie* [6 ways to relieve tension]. *Psychologies*, No. 34. [Electronic resource]. - URL: <https://kiozk.ru/article/psychologies/6-sposobov-snat-napryazhenie> (Accessed: 19.11.2024). [In Russian]

9 *Oprosnik na opredelenie urovnya psihicheskogo vygoraniya (MBI) (Avtory metodiki: amerikanskie psihologi K. Maslach i S. Dzhekson. Danyj variant adaptirovan N.E. Vodop'yanovoj)* [Questionnaire for determining the level of psychological burnout (MBI) (Authors of the methodology: American psychologists K. Maslach and S. Jackson. This version is adapted by N.E. Vodop'yanova)]. [Electronic resource]. – URL: https://www.ikatids38.ru/images/doc/studentu/vospitrab/kabinet_psychologa/oproshnik.pdf (Accessed: 15.11.2024). [In Russian]

10 Mihajlova, A. V., Vlasova, K. M. (2022). *Professional'nye deformacii i professional'noe vygoranie pedagogov* [Professional deformities and professional burnout of educators] // *Pedagogicheskaya perspektiva* [Educational perspective], 2(6), 38-44. [In Russian]

Сырымбетова Л. С.¹, *Рамашов Н. Р.², Матвеева А.³

^{1,3} Қазтұтынуодағы Қарағанды университеті

² Ө. Жәнібеков атындағы Оңтүстік Қазақстан педагогикалық университеті,

^{1,3} Қарағанды, Қазақстан

² Шымкент, Қазақстан

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ПӘНІ МҰҒАЛІМДЕРІНІҢ КӘСІБИ КҮЙЗЕЛІСІНІҢ АЛДЫН АЛУ БОЙЫНША ТӘЖІРИБЕЛІК-ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ЖҰМЫСТАРЫНЫҢ НӘТИЖЕЛЕРІ

Аңдатпа

Бұл мақалада дене шынықтыру мұғалімдерінің кәсіби күйзелісінің алдын алу бойынша тәжірибелік-педагогикалық жұмыстың бақылау кезеңінің нәтижелері көрсетілген. Зерттеудің өзектілігі қоғамның қазіргі өмірінің объективті талаптарына негізделген трансформациялық процестердің жоғары динамизміне байланысты педагогтердің кәсіби күйзелісімен байланысты қазақстандық білім беру жүйесінің қазіргі жүйесіне тән жалпы проблемамен анықталады.

Бұл мақаланың мақсаты – дене шынықтыру мұғалімдерінің эмоционалды жағдайын диагностикалау нәтижелерін кәсіби күйзеліс жағдайында салыстырмалы талдау және түсіндіру.

Қойылған мақсатқа жету үшін статистикалық деректерді математикалық өңдеу, оларды салыстырмалы талдау, тәжірибелік-педагогикалық жұмыстың анықтаушы және бақылау кезеңдерінде жүргізілген екі диагностиканың нәтижелерін түсіндіру және визуализациялау әдістері қолданылды, бұл қажетті құбылыс көрсеткіштерінің оң динамикасын көрсетті. Оң динамиканың маңыздылығын анықтау үшін корреляциялық талдау жүргізілді, ол тәжірибелік-педагогикалық жұмыстың нәтижелерімен байланыстың жоғары тығыздығын

қуәландырды. Зерттеу тек абсолютті мүмкіндікті ғана емес, сонымен қатар кәсіби күйзелістің алдын-алу қажеттілігін де көрсетеді. Бұл педагогтердің жасына, тәжірибесіне және біліктілігіне байланысты анықталмауы керек. Педагогтердің кәсіби күйзелісінің алдын алу мәселелері тек білім беру менеджменті саласында ғана емес, сонымен қатар мұғалімдердің жеке басының әлеуметтік және кәсіби маңызды қасиеттерінің өсу жазықтығында болуы керек.

Түйін сөздер: кәсіби күйзеліс, эмоционалды күйзеліс, дене шынықтыру мұғалімдері, диагностика, салыстырмалы талдау, корреляциялық талдау, эксперименттік педагогикалық жұмыс

Syrymbetova L. S.¹, *Ramashov N. R.², Matveeva A.³

^{1,3} Karaganda University of Kazpotrebsoyuz

² South Kazakhstan Pedagogical University named after Ozbekali Zhanibekov

^{1,3} Karaganda, Kazakhstan

² Shymkent, Kazakhstan

RESULTS OF EXPERIMENTAL AND PEDAGOGICAL WORK ON PREVENTION OF PROFESSIONAL BURNOUT OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

Annotation

This article presents the results of the control stage of experimental pedagogical work on the prevention of professional burnout of physical education teachers. The relevance of the study is determined by a common problem characteristic of the modern system of the Kazakh education system, which is associated with the professional burnout of teachers due to the high dynamism of transformational processes caused by the objective requirements of modern society.

The purpose of this article is a comparative analysis and interpretation of the results of diagnostics of the emotional state of physical education teachers in the context of professional burnout.

To achieve this goal, methods of mathematical processing of statistical data, their comparative analysis, interpretation and visualization of the results of two diagnostics carried out at the ascertaining and control stages of experimental pedagogical work were applied, which demonstrated the positive dynamics of the indicators of the desired phenomenon. To establish the significance of the positive dynamics, a correlation analysis was carried out, it testified to the high closeness of the relationship between the results of experimental pedagogical work with the actions taken to prevent professional burnout of physical education teachers. The conducted research indicates not only the absolute possibility, but also the need for regular prevention of professional burnout. And this should not be determined by the age, experience, experience and qualifications of teachers. The issues of preventing professional burnout of teachers must necessarily and constantly be not only in the field of educational management, but also in the plane of the growth of socially and professionally significant personal qualities of teachers.

Keywords: professional burnout, emotional burnout, physical education teachers, diagnostics, comparative analysis, correlation analysis, experimental pedagogical work