

15. Pryimakov AA, Eider E, Nosko MO, Iermakov SS. Reliability of functioning and reserves of system, controlling movements with different coordination structure of special health group girl students in physical education process. Physical education of students, 2017;2: 84–89. doi:10.15561/20755279.2017.0206

16. Raczek Joachim, Władysław Mynarski, Władimir Ljach Kształowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych: Podręcznik dla nauczycieli, trenerów i studentów. Wydanie drugie. Katowice, 2003. 187 s.

17. Schnabel G. Bewegungsregulation als Informationsorganisation. Trainingswissenschaft. Berlin: Sportverlag, 1994; 60-92.

Пристапа Є. Н., Данилевич М. В., Грибовська І. Б.
Львівський державний університет фізичної культури

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ ПАРАДИГМИ ВИЩОЇ ШКОЛИ

Стаття присвячена аналізу особливостей професійної підготовки фітнес-тренерів в Україні. Проведено опитування студентів та викладачів трьох вищих навчальних закладів фізкультурного профілю. Вивчено стан готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до роботи фітнес-тренерами. Також з'ясовано ступінь використання викладачами сучасних форм та методів навчання у процесі професійної підготовки фахівців з фітнесу та рекреації.

Ключові слова: професійна підготовка, майбутні фахівці, фітнес-тренери.

Пристапа Е. Н., Данилевич М. В., Грибовская И. Б. Особенности профессиональной подготовки фитнес-тренеров в условиях современной парадигмы высшей школы. Статья посвящена анализу особенностей профессиональной подготовки фитнес-тренеров в Украине. Проведен опрос студентов и преподавателей трех высших учебных заведений физкультурного профиля. Изучено состояние готовности будущих специалистов по физическому воспитанию и спорту к работе фитнес-тренерами. Также выяснено степень использования преподавателями современных форм и методов обучения в процессе профессиональной подготовки специалистов по фитнесу и рекреации.

Ключевые слова: профессиональная подготовка, будущие специалисты, фитнес-тренеры.

Prystupa Ye. N., Danylevych M. V., Hrybovska I. B. The features of fitness instructors professional training in the conditions of higher education modern paradigm. The article is devoted to analysis of some peculiarities of fitness instructors professional training in Ukraine. The aim of the work is to monitor the state of readiness of future specialists in physical education and sports to be fitness instructors and the peculiarities of their professional training.

Objectives of the research: 1. To study the readiness of future specialists in physical education and sports to work in the fitness industry. 2. To find out the specifics of using by lecturers some modern technologies in the educational process of higher educational institutions for the training of future specialists in physical education and sports.

The following research methods were used: theoretical analysis and generalization of library resources, sources and information taken from the World Internet; sociological methods (questionnaires); methods of mathematical statistics.

The analysis and generalization of library resources made it possible to reveal the active development of the fitness industry and the importance of training future specialists at higher educational institutions of physical culture.

Student surveys made it clear that most of them deliberately chose the profession of fitness instructor. Self-assessment of students' readiness for future professional activity showed that 74,91 % of students consider themselves relatively ready to work as a fitness instructor. However, it was found that 72,20 % of respondents needed some additional practical training.

The insufficient breadth of application of modern forms and methods of training in the process of professional training of future specialists in physical education and sports at higher educational institutions of physical education profile is revealed. Thus, the following teaching methods were not used by lecturers (in per cent): debates – 15,82 %; mini lectures – 46,63 %; dispute seminars – 9,09 %; problem lectures – 12,79 %. It was found that they did not use in their work such teaching methods as: case study – 49,83 % of lecturers; method of projects – 28,12 %; master classes – 30,00 % of lecturers.

The results of the study indicate the expediency of introducing some changes in the professional training of future specialists in physical education and sports to the work as fitness instructor, and the use of modern technology training will improve the quality of their training.

Keywords: professional training, future specialists, fitness instructor.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Заняття фітнесом на сьогоднішній день посідають одне з провідних місць серед великого розмаїття видів рекреаційно-оздоровчої спрямованості. Фахівці Е. Т. Хоулі і Б. Д. Френкіс [10] розглядають фітнес як прагнення людини до повної реалізації життєвих можливостей в усіх аспектах свого існування – соціальному, психічному, духовному і фізичному.

У другій половині ХХ ст., за даними М. Дутчака [3], у світі стрімко зросла популярність рухової активності як засобу оздоровлення. Однак, в Україні до ХХІ ст. не спостерігалось суттєвого прогресу в питаннях залучення населення до рекреаційно-оздоровчих занять. Лише на початку ХХІ ст., як зазначається у Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року, в країні намітилася позитивна тенденція до зростання кількості осіб, які

використовують різні види та форми рекреаційно-оздоровчої діяльності [8].

Активний розвиток фітнес-індустрії впродовж останніх 20 років призвів до створення різноманітних фітнес-центрів, у яких надаються послуги відповідно до уподобань, віку і стану здоров'я, тих хто займається [5]. І саме особистість фахівця-професіонала у галузі оздоровчого фітнесу та рекреації вважається найбільш важливим із факторів впливу на залучення населення до систематичної рухової активності [5]. Слід зазначити, що у 2010 році в Україні до Класифікатора професій була введена нова професія – 3475 «фітнес-тренер» [4, 5]. Відповідна підготовка майбутніх фахівців розпочалася у Вищих навчальних закладах (ВНЗ) фізкультурного профілю і до переліку магістерських спеціальностей було включено спеціальність «Фітнес і рекреація» [5, 6, 11]. У 2015 році Постановою КМУ було затверджено новий перелік галузей знань і спеціальностей, за якими здійснюється підготовка здобувачів вищої освіти, в якому вищезазначена спеціальність уже відсутня.

Сьогодні підготовку фахівців за спеціалізацією/освітньою програмою «фітнес та рекреація» можна здійснювати у ВНЗ України відповідно до нового переліку галузей знань і спеціальностей у рамках галузі «Освіта/педагогіка» спеціальностей 014 – середня освіта (фізична культура) і 017 – фізична культура і спорт [9]. Однак, як зазначають науковці [9], лише незначний відсоток фітнес-тренерів мають профільну вищу освіту.

Таким чином, актуальним є вивчення особливостей підготовки майбутніх фітнес-тренерів із застосуванням сучасних технологій у навчальному процесі ВНЗ фізкультурного профілю.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана відповідно до плану НДР Львівського державного університету фізичної культури за темою: «Технологія залучення населення до оздоровчої рухової активності» (номер державної реєстрації 0117U 003040).

Мета роботи – вивчити стан готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до роботи фітнес-тренерами та особливості їхньої професійної підготовки.

Завдання дослідження:

1. Вивчити стан готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до роботи у фітнес-індустрії.
2. З'ясувати особливості використання викладачами сучасних технологій у навчальному процесі ВНЗ для підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту.

Методи дослідження. Використовувалися такі методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової і методичної літератури, джерел та інформації світової мережі Інтернет, соціологічні методи (анкетування); методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Для якісного надання фізкультурно-оздоровчих послуг необхідно забезпечити фітнес-центри висококваліфікованими кадрами. Попередніми дослідженнями М. В. Данилевич [2] визначено комплекс соціально важливих і професійно значущих якостей, необхідних майбутньому фахівцю з фізичного виховання та спорту, щоб бути конкурентоздатним на ринку праці і досягати кар'єрного зросту.

Ми у своїх дослідженнях здійснили спробу вивчення особливостей професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту для роботи у сфері фітнес-індустрії. Для цього було проведено опитування студентів та викладачів трьох ВНЗ фізкультурного профілю, зокрема: Національного університету фізичного виховання і спорту України, Львівського державного університету фізичної культури та Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту (перейменовано у Придніпровську державну академію фізичної культури і спорту).

Опитування студентів дозволило з'ясувати, що більшість з них свідомо обрали професію фітнес-тренера. Так, 52,93 % респондентів давно мріяли про роботу в оздоровчій сфері; 23,57 % – обрали навчання заради цікавості; 15,78 % – прагнули самі займатися оздоровчою діяльністю; 2,74 % – обрали професію за порадою друзів та 4,99 % опитаних важко було відповісти. Отже, половина респондентів планують, після завершення навчання у ВНЗ, працювати у закладах фітнес-індустрії.

Вивчення інформації про можливість проведення оздоровчих занять із застосуванням сучасних технологій показало, що спроможні її проводити 33,13 % опитаних; швидше так, ніж ні – 39,96 %; швидше ні, ніж так – 14,73% осіб і важко відповісти – 12,18 % респондентів.

У фітнес-індустрії важливим є здатність фахівця залучати різні групи населення до здорових занять. Проведене опитування показало, що 38,44 % студентів переконані у своїй здатності залучати різні групи населення до оздоровчих занять; 33,16 % респондентів вважають, що швидше так, ніж ні; тоді як 14,15 % – сумніваються у своїх можливостях; а 14,24 % – важко відповісти.

Невід'ємною складовою професійної підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту є практична підготовка. Отримані результати свідчать, що 40,70 % респондентів потребують практичної підготовки, 31,50 % – швидше так, ніж ні; 23,55 % – швидше ні, ніж так та 4,25 % – важко відповісти. Загалом, 72,20 %, опитаних підтверджують потребу у збільшенні практичної підготовки.

Ми пропонували студентам самостійно оцінити наскільки сформована їхня готовність до майбутньої професійної діяльності (рис. 1).

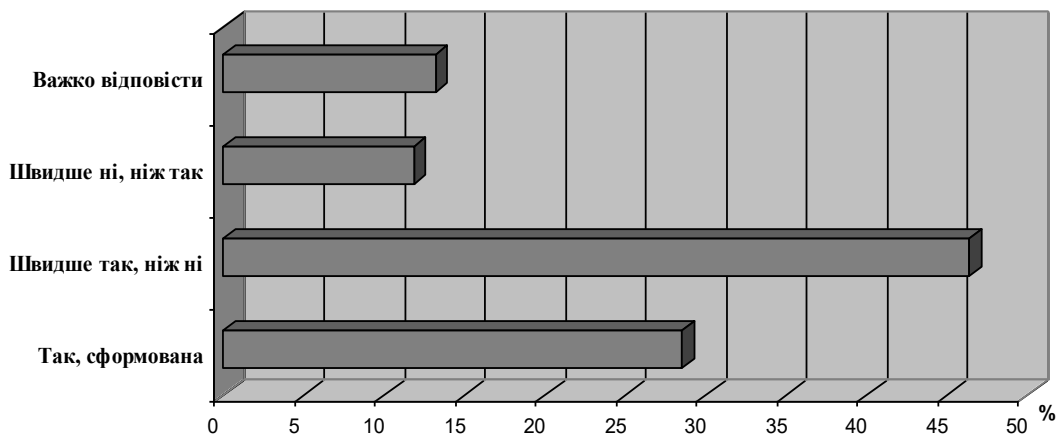


Рис. 1. Самооцінка готовності майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту до професійної діяльності

Так, серед опитаних 28,55 % вважають, що сформована; 46,36 % – швидше так, ніж ні; 11,87 % – швидше ні, ніж так і 13,22 % – важко відповісти. В цілому, 74,91 % студентів вважають себе готовими до роботи в якості фітнес-тренера.

Для створення ефективної системи підготовки кваліфікованих фахівців необхідно забезпечити широке використання сучасних технологій у навчальному процесі [7]. Опитування викладачів ВНЗ фізкультурного профілю дозволило з'ясувати, які форми навчання вони використовують у своїй роботі (табл. 1).

Таблиця 1

Застосування викладачами сучасних форм навчання у процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів (%)

№ з/п	Форми навчання	Регулярно застосовую	Інколи застосовую	Ні, не застосовую	Важко відповісти
1.	Проблемні лекції	28,12	56,06	12,79	3,03
2.	Лекції-дебати	3,03	75,59	15,82	5,56
3.	Міні-лекції	13,47	34,34	46,63	5,56
4.	Семинар-диспут	47,47	36,70	9,09	6,73

Встановлено, що регулярно застосовують проблемні лекції 28,12 % респондентів; семінари-диспути – 47,47 %; міні-лекції – 13,47 % і лекції-дебати – лише 3,03 % осіб. При цьому, не застосовують у навчальній діяльності лекції-дебати 15,82 % викладачів; міні-лекції – 46,63 %; семінари-диспути – 9,09 %; проблемні лекції – 12,79 % опитаних викладачів.

Крім того, було з'ясовано, які сучасні методи навчання застосовують викладачі у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. На думку науковців, до ефективних методів навчання відносяться: ділові та рольові ігри, кейс-стаді, метод проектів, тренінги та бліц-опитування [1]. Тому ці методи і були запропоновані в якості варіантів відповіді (табл. 2).

Таблиця 2

Застосування викладачами сучасних методів навчання у процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів (%)

№ з/п	Методи навчання	Регулярно застосовую	Інколи застосовую	Ні, не застосовую	Важко відповісти
1.	Ділові та рольові ігри	19,70	44,28	30,00	6,06
2.	Кейс-стаді	6,73	25,09	49,83	18,35
3.	Метод проектів	7,40	55,38	28,12	9,09
4.	Тренінги	25,93	35,02	30,00	9,09
5.	Бліц-опитування	31,31	58,93	6,73	3,03

Як свідчать результати опитування, регулярно застосовують бліц-опитування 31,31 % респондентів, ділові та рольові ігри – 19,70 % осіб; тренінги – 25,93%; метод проектів – 7,40 %; кейс-стаді – лише 6,73 % викладачів. При цьому, не використовують у своїй роботі кейс-стаді 49,83 % викладачів; метод проектів – 28,12 % осіб; тренінги й ділові та рольові ігри

– по 30,00 % викладачів, відповідно.

Також з'ясувалося, що, з метою педагогічної діагностики у професійній підготовці майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації, домінуюча більшість респондентів використовують традиційне тестування на папері (53,87 %); менш популярне – комп'ютерне тестування в аудиторії (5,56 %) і не користується популярністю серед викладачів он-лайн тестування у системі дистанційного навчання (лише 3,03 %).

Слід зазначити, що однією зі складових якісної професійної підготовки майбутніх фахівців, на сьогоднішній день, є мультимедійний супровід лекцій та практичних занять. Опитування дозволило встановити, що 72,05 % викладачів погоджуються з доцільністю використання такого супроводу, 18,86 % наголосили, що швидше так, ніж ні; 6,06 % зазначили, що швидше ні, ніж так і 3,03% – важко відповісти.

У ході анкетування ми також вивчили потребу проведення практики студентів у відповідних установах (фітнес-центрах). Результати свідчать, що 85,35 % респондентів-викладачів вважають таку практику доцільною; решта 14,65 % – швидше ні, ніж так. Ці дані знаходять підтвердження у відповідях студентів про необхідність збільшення годин на практичну діяльність.

Проведені нами дослідження дозволяють зробити ряд **висновків**.

Самооцінка готовності студентів до майбутньої професійної діяльності показала, що 74,91 % студентів вважають себе відносно готовими до роботи в якості фітнес-тренера.

З'ясовано недостатню широту застосування сучасних форм та методів навчання у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання і спорту у ВНЗ фізкультурного профілю.

Таким чином, результати дослідження дають підставу стверджувати про потребу внесення змін в існуючу систему підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до роботи фітнес-тренерами, а застосування сучасних технологій навчання, дозволить підвищити якість їхньої підготовки.

У подальших наших дослідженнях будемо продовжувати аналіз основних переваг та недоліків існуючої системи професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до роботи в сфері фізичної рекреації. На підставі отриманих результатів плануємо розробити та обґрунтувати основні напрямки модернізації вищої фізкультурної освіти.

Література

1. Гушинець Н. О. Інноваційні методи і форми проведення семінарських занять // Гуманізм та освіта: електронне наукове видання матеріалів міжнародної науково-практич. конференції. Режим доступу: <http://conf.vntu.edu.ua/humed/2008/txt/gushinez.php> (дата звернення: 25.05.2017).
2. Данилевич М. Концептуальні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої роботи / Мирослава Данилевич // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. праць]. – Київ, 2016. – Вип. 9 (79) 16. – С. 33 – 36.
3. Дутчак М. Перспективи формування та реалізації національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні / Мирослав Дутчак // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Львів, 2014. – С. 142 – 149.
4. Дутчак М. В. Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес-тренера / М. В. Дутчак, М. М. Василенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 2. – С. 17–21.
5. Жданова О. Підготовка фахівців з фітнесу за кордоном / Жданова Ольга, Любов Чеховська, Уляна Шевців // Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології. –Харків – № 3.– 2016. – С. 85–90.
6. Zhdanova O. Zmist pidhotovky mahistriv zi spetsialnosti «fitnes i rekreatsiia» /Olha Zhdanova, Myroslava Danylevych, Iryna Hrybovska, Liubov Chekhovska // Fizychna aktyvnist, zdorovia i sport : naukovyi zhurnal. – Lviv., 2014. –№1(15). – S. 62–69.
7. Krutsevych T. Yu. Innovatsiini protsesy u sferi pidhotovky kadriv z fizychnoi kultury / T. Yu. Krutsevych, M. A. Zaitseva // Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia. – 2005. – №4. – S. 41 – 45.
8. Natsionalna stratehiia z ozdorovchoi rukhovoї aktyvnosti v Ukraini na period do 2025 roku «Rukhova aktyvnist - zdorovy sposib zhyttia - zdorova natsiia» [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016 (data zvernennia: 10.05.2017).
9. Suchasnyi stan pidhotovky kadriv dlia sfery ozdorovchoho fitnesu / Prystupa Yevhen, Muzyka Fedir, Zhdanova Olha, Chekhovska Liubov // Naukovyi chasopys Nats. ped. un-tu imeni M.P. Drahomanova. Seria 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport). – Kyiv, 2017. – Vyp. 7 (89).– S. 19 – 22.
10. Khouly Э. Т. Rukovodstvo ynstruktora ozdorovyitel'nogo fytnesa / Э. Т. Khouly, B. D. Frenkys. – Kyiv : Olympyiskaia lyteratura, 2004. – 375s.
11. Chekhovskaia L.Ia. Kontseptsyia podhotovky mahystrov spetsyalnosti «Fytnes y rekreatsyia» v LDUFK / L.Chekhovskaia O.Zhdanova, Y.Hrybovskaia, M.Danylevych // Probleme actuale privind perfectiunea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice: Conferința științifică internațională. – Kyshynëv, 2014. – S. 299 – 302.