

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

М. М. Василенко

**ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА
МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ
У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ:
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА**

МОНОГРАФІЯ

Київ
«Центр учбової літератури»
2018

УДК 378.091:796.4.071.4]:005.336.5

В 19

*Рекомендовано до друку Вченою радою
Національного університету фізичного виховання і спорту України
(протокол № 9 від 20 квітня 2018 року)*

Рецензенти:

Ажиппо Олександр Юрійович – доктор педагогічних наук, професор, ректор Харківської державної академії фізичної культури;

Захаріна Євгенія Анатоліївна – доктор педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теоретичних основ фізичного та адаптивного виховання Класичного приватного університету;

Клопов Роман Вікторович – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізичної культури і спорту Запорізького національного університету.

Василенко М. М.

В 19 Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика: монографія / М. М. Василенко. – Київ: «Центр учбової літератури», 2018. – 524 с.

ISBN 978-617-673-757-5

У монографії розглянуто теоретичні та методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Проаналізовано професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як наукову проблему. Висвітлено досвід професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти у зарубіжних країнах і в Україні. Теоретично обґрунтовано структуру та оцінювання професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується у закладах вищої освіти. Розроблено та теоретично обґрунтовано систему професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Охарактеризовано організаційно-методичні аспекти професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Видання рекомендовано науково-педагогічним працівникам, студентам, магістрантам, аспірантам, докторантам і науковцям, які цікавляться проблемами професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

ISBN 978-617-673-757-5

© Василенко М. М., 2018.

© Видавництво «Центр учбової літератури», 2018.

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

Марина Миколаївна ВАСИЛЕНКО

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА
МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ
У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ:
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА

МОНОГРАФІЯ

Друкується в авторській редакції

Підписано до друку 24.04.2018. Формат 60x84 1/16.
Друк лазерний. Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.
Умовн. друк. арк. 32,75. Тираж 300 прим.

ТОВ «Видавництво «Центр учбової літератури»
вул. Електриків, 23 м. Київ 04176

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру видавців,
виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції
ДК № 4162 від 21.09.2011 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1 ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК НАУКОВА ПРОБЛЕМА	11
1.1 Аналіз стану розробленості проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах реформування вищої освіти	11
1.2 Історичні передумови становлення системи професійної підготовки фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	27
1.3 Дефініції загального контексту професійної підготовки майбутніх фахівців з вищою освітою	34
1.4 Термінологія професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	64
Висновки до першого розділу	79
РОЗДІЛ 2 ДОСВІД ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗАРУБІЖНИХ КРАЇН ТА УКРАЇНИ	83
2.1 Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес- тренерів у закладах вищої освіти США та Канади	83
2.2 Специфіка професійної підготовки майбутніх фітнес- тренерів у закладах вищої освіти Великої Британії	102
2.3 Досвід професійної підготовки майбутніх фітнес- тренерів у країнах Євросоюзу	107
2.4 Тенденції професійної підготовки майбутніх фітнес- тренерів у закладах вищої освіти Австралії	133
2.5 Сучасна практика професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України	141
Висновки до другого розділу	164
РОЗДІЛ 3 СТРУКТУРА ТА ОЦІНЮВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС- ТРЕНЕРІВ, ЯКА ФОРМУЄТЬСЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	172

3.1	Обґрунтування структурних компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти	172
3.2	Характеристика критеріїв, показників і рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	202
3.3	Діагностичний інструментарій дослідження рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	212
	Висновки до третього розділу	224
РОЗДІЛ 4 СИСТЕМА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ		229
4.1	Методологічні підходи до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	229
4.2	Концепція професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	239
4.3	Модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	256
	Висновки до четвертого розділу	265
РОЗДІЛ 5 ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ...		273
5.1	Програмне забезпечення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	273
5.2	Педагогічні технології професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	292
5.3	Форми та методи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти	308
	Висновки до п'ятого розділу	352
	ВИСНОВКИ	356
	СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	369
	ДОДАТКИ	449

ВСТУП

За останнє десятиліття зміна пріоритетів і ціннісних орієнтирів сучасного українського суспільства детермінувала необхідність оновлення багатьох сфер діяльності, зокрема й у сфері фізичної культури та спорту. Характерними ознаками перетворень стали виникнення інноваційних організаційно-методичних форм фізичної культури, розвиток фітнес-індустрії, перегляд змісту «традиційних» професій та поява нових. Так, до Національного класифікатора України «Класифікатор професій» ДК 003:2010 з 2010 року була введена нова професійна назва роботи – 3475 «фітнес-тренер». У цьому документі вказана назва була віднесена до професійної групи «фахівці» та розміщена в розділі R: «Мистецтво, спорт, розваги та відпочинок», підрозділі 93: «Діяльність у сфері спорту, організація відпочинку та розваг», де наведено підгрупу 93.13: «Діяльність фітнес-центрів» [347]. На сьогодні, навчання фітнес-тренерів здійснюється за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», яка належить до галузі знань 01 «Освіта» (Постанова Кабінету Міністрів України № 266 від 29 квітня 2015 року). Це свідчить про зростання запитів населення у частині зміцнення здоров'я, фізичного вдосконалення та активного відпочинку, що висуває нові вимоги до професійної компетентності фахівців у сфері фітнесу.

Ідея модернізації вищої освіти у сфері фізичної культури відповідає всім позиціям освітньої політики України та має чітко окреслену нормативно-правову базу: Закон України «Про вищу освіту» від 01.07.2014 №1556-VII (із змінами і доповненнями) [191]; «Стратегія сталого розвитку «Україна – 2020» [473]; «Стратегія реформування вищої освіти в Україні до 2020 року» (проект) [472]; Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [346]; Постанова Кабінету міністрів «Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року» [384]; Закон України «Про освіту» від 05.09.2017, № 2145-VIII [192]; Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (із змінами) від 24.12.1993, № 3808-XII [193]; Національний класифікатор України «Класифікатор професій» ДК 003:2010 [347].

Аналіз законодавчих актів дозволяє нам стверджувати, що основними завданнями реформування змісту вищої освіти задекларовано

такі, як: приведення мережі закладів вищої освіти та системи управління вищою освітою у відповідність до потреб розвитку національної економіки та запитів ринку праці; створення привабливої та конкурентоспроможної національної системи вищої освіти України; поглиблення співробітництва між закладами вищої освіти; активізація мобільності студентів і викладачів; розвиток академічної автономії закладів вищої освіти; інтеграція вищої освіти та науки; інтеграція у світовий освітній і науковий простір; професійний розвиток персоналу вищої школи; забезпечення академічної доброчесності тощо. Особливий акцент у нормативних документах зроблено на необхідність підвищення якості вищої освіти [191].

Соціально-економічний розвиток України, процеси глобалізації, інтеграції та інформатизації суспільства визначають, на думку Н. О. Белікової, «принципово нові вимоги до професійної підготовки фахівців, які повинні працювати творчо і самостійно, генеруючи компетентні нововведення, свіжі ідеї та пропозиції, демонструючи при цьому готовність успішно реалізовувати їх у професійній діяльності в умовах конкуренції» [55, с. 162]. Для нашого дослідження ця думка дослідниці є досить важливою.

Процеси реформування вищої освіти активно впливають і на систему вищої фізкультурної освіти. Тому слушною є думка О. В. Андрєєвої та О. Л. Благій про те, що головна мета освітньої політики щодо модернізації вищої фізкультурної освіти полягає в «забезпеченні якості навчання на основі збереження фундаментальності, престижності, конкурентоспроможності, відповідності актуальним і перспективним потребам особистості та суспільства щодо інноваційного оновлення освітньої галузі в цілому й науково обґрунтованих змін змісту, форм і методів навчання майбутніх фахівців рекреаційно-оздоровчої сфери у вищій школі» [16, с. 7].

Т. Ю. Круцевич і М. Зайцева указують, що основним принципом інновацій у сфері вищої освіти повинна стати її гуманітарна сутність, спрямованість на високий професійний, духовно-ціннісний і загальнокультурний розвиток особистості студента [276, с. 43]. Нам імпонує ця думка вчених.

Модернізація вищої фізкультурної освіти, на думку Є. А. Захаріної, «повинна набувати випереджального неперервного характеру, гнучко

реагувати на всі процеси, що відбуваються у сфері фізичної культури та спорту» [197, с. 125]. Ми поділяємо думку дослідниці.

Глибокі соціально-економічні трансформації суспільства, розвиток економіки на ринкових засадах, поява ринку праці й зростання сектора освітніх послуг, на думку Л. П. Сущенко, «вимагає якісних змін у концептуальних засадах професійної підготовки, перепідготовки і підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання та спорту» [477, с. 3].

Ми згодні з О. Ю. Ажиппо, який акцентує на важливості індивідуалізації навчання, «оскільки індивідуалізація навчання студентів насамперед передбачає інтенсифікацію пізнавальної діяльності, яка ґрунтується на сучасних методах і технологіях навчання (проблемному, комп'ютерному, цикловому та інших), які дають можливість студентам не тільки за короткий термін одержати необхідні професійні знання, уміння і навички, а й успішно поєднувати навчання з іншими видами діяльності» [3, с. 511-512].

А. В. Сват'єв вважає, що ефективність професійної підготовки майбутнього фахівця фізичного виховання та спорту неможлива без якісної практичної підготовки. Тому, на думку вченого, «необхідно вдосконалювати процес розвитку рухових якостей майбутнього фахівця фізичного виховання та спорту як професійно значущих, без яких досягнення вершин професійної культури й професійної майстерності стає неможливим навіть теоретично» [422, с. 218].

Р. В. Клопов наголошує на пріоритетності застосування інформаційних технологій у фаховій підготовці на тлі світової тенденції інформатизації суспільства [244, с. 73]. Значний інтерес викликає можливість використання сучасних інформаційних технологій у сфері оздоровчого фітнесу. Так, Н. Гончарова, Л. В. Денисова та В. Усиченко пропонують створити систему інформаційно-консультативних сайтів для інформаційного зв'язку з провідними фахівцями й тренерами; упровадити навчальну систему для самостійної роботи із застосуванням відеоуроків із віртуальним тренером, відеороликів, рисунків, схем [142, с. 165].

Особливе місце, на нашу думку, належить науковим працям, у яких учені розглядають проблему професійної підготовки майбутніх фахівців для сфери фітнесу. Так, Є. Н. Приступа вказує, що в Україні лише незначний відсоток фітнес-тренерів здобуває освіту в закладах вищої

освіти [383, с. 20]. На думку вченого, «це зумовлено низкою чинників: тривалістю терміну навчання у виші; відсутністю ліцензії у фітнес-клубі для надання оздоровчих послуг і відповідальності за свою роботу; недбалістю та невимогливістю багатьох фітнес-закладів до рівня освіченості тренерів і персоналу; урахування лише вузької професійної майстерності тренера (переважно рухової) та ін. Ці аспекти призводять до того, що люди без спеціальної фізкультурної освіти, часто взагалі без освіти, працюють у галузі оздоровчого фітнесу» [383, с. 20]. Ми поділяємо цю думку вченого.

Підґрунтям для нашого дослідження стали результати наукових пошуків відомих учених Національного університету фізичного виховання і спорту України, які розкривають закономірності функціонування сфери фізичної культури та спорту в умовах сучасного ринку (Є. В. Імас, Ю. П. Мічуда); теоретичні та методичні засади системи спортивної підготовки (В. М. Платонов) та управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу в умовах інтенсифікації процесу підготовки (Ю. М. Шкрєбтій); шляхи розвитку сучасного професійного спорту (О. В. Борисова) й олімпійського руху та олімпійської освіти (М. М. Булатова, С. Н. Бубка); підходи до навчання рухам в умовах підтримки статокінетичної урівноваги (В. М. Болобан); теорію і методику фізичного виховання (Т. Ю. Круцевич); теоретико-методологічні засади формування системи спорту для всіх в Україні (М. В. Дутчак); теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення (О. В. Андрєєва).

Вивчення наукових праць показало, що сфера наукових інтересів у частині професійної освіти в сфері фізичної культури та спорту є досить різноплановою. Серед них виділено такі напрями: концептуальні засади професійної підготовки фахівців у галузі фізичної культури та спорту (Л. П. Сущенко, Р. В. Клопов, В. А. Магін, С. А. Хазова, М. М. Ебзєєв та ін.); теоретичні й методичні засади професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури (О. Ю. Ажиппо, П. Б. Джуринський, Є. А. Захаріна, Л. І. Іванова, Н. І. Степанченко, О. В. Тимошенко та ін.); теоретичні й методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації та фахівців із здоров'я людини (Н. О. Белікова, Ю. О. Лянной, О. І. Міхеєнко та ін.); концептуальні засади професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів (Є. О. Павлюк, А. В. Сватєєв та

ін.); методичні аспекти професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів (А. А. Гладішев, Н. В. Гущина, О. Г. Сайкіна та ін.).

Аналіз літератури з проблеми становлення фітнесу як навчальної та наукової дисципліни показав, що в сучасний період ґрунтовно досліджено питання феноменології та термінології фітнесу (А. А. Боляк, В. Е. Борилкевич, О. В. Завальнюк, О. Г. Сайкіна, Е. Т. Хоулі та ін.); вивчено ретроспективу його становлення (О. В. Андреева, С. В. Бренч, Л. Ващук, В. І. Григорьев, Л. В. Ейдельман, В. І. Лисицька та ін.); розглянуто основи програмування занять з фітнесу (О. Л. Благий, Л. Я. Іващенко, Е. Хоулі та ін.); розроблено фітнес-технології різної спрямованості (Л. Ващук, Н. О. Гоглювата, О. Я. Кібальник, Ю. І. Томіліна та ін.); досліджено специфіку й функції професійної діяльності фітнес-тренера та тренера з аеробіки (В. О. Коваленко, О. К. Корносенко, Г. М. Лаврухіна, А. В. Менхін, Л. В. Сіднева та ін.).

У 2007 році в Національному університеті фізичного виховання і спорту України була створена кафедра здоров'я, фітнесу та рекреації. Як вказує О. В. Андреева, створення кафедри було зумовлено необхідністю підготовки фахівців за напрямом 6.010203 «Здоров'я людини», який вводився постановою Кабінету Міністрів України від 13 грудня 2006 року № 1719 «Про перелік напрямів, за яким здійснюється підготовка фахівців у вищих навчальних закладах за освітньо-кваліфікаційним рівнем бакалавра» [17, с. 227]. Розпочалося формування навчального плану, пошук та розробка змістового наповнення навчальних дисциплін. Акцентуємо увагу на тому, що робота була ускладнена обмеженою кількістю науково-методичної літератури з оздоровчого фітнесу. Науково-педагогічний склад кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України спрямував свої зусилля на видання навчального посібника «Программирование занятий оздоровительным фитнесом», який на сьогоднішній день залишається затребуваним як серед студентів, так і серед фахівців [213].

З позицій сьогодення кафедра здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України є ініціатором розробки проекту стандарту вищої освіти України на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти, галузі знань 01 «Освіта», спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»; проведення науково-методичних конференцій з проблем фітнесу, Форуму роботодавців у сфері

фітнес-індустрії, Київського фестивалю фітнесу та рекреації, круглих столів з питань стандартизації професійної компетентності фітнес-тренерів, Всеукраїнської олімпіади зі спеціальності «Фітнес та рекреація»; бере участь у розробці вимог до атестації кадрів у провідних фітнес-клубах та навчальних центрів, надає освітні послуги на курсах підвищення кваліфікації фітнес-тренерів.

Щирі слова вдячності автор висловлює науково-педагогічному складу кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України та особисто **Андрєєвій Олені Валеріївні**, завідувачу кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України, доктору наук з фізичного виховання і спорту, професору, за допомогу при проведенні наукового дослідження.

Нам імponує те, що значних зусиль у розбудову системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в Україні доклав М. В. Дутчак, який започаткував у науковій літературі полеміку щодо актуальності підготовки кадрів для сфери фітнесу та був ініціатором внесення відповідних змін до законодавчих документів. Автор висловлює глибоку вдячність **Дутчаку Мирославу Васильовичу**, першому проректору Національного університету фізичного виховання і спорту України, доктору наук з фізичного виховання і спорту, професору за допомогу при написанні монографії та пропозиції щодо здійсненого наукового дослідження.

Щиру вдячність автор висловлює рецензентам монографії доктору педагогічних наук, професору **Ажиппо Олександрю Юрійовичу**, доктору педагогічних наук, доценту **Захаріній Євгенії Анатоліївні** та доктору педагогічних наук, професору **Клопову Роману Вікторовичу** за цінні поради, урахування яких сприяло вдосконаленню змісту монографії.

Особливі слова подяки автор висловлює науковому консультанту, доктору педагогічних наук, професору **Суцєнко Людмилі Петрівні** за консультації та поради при написанні монографії.

Усі зауваження та побажання, які стануть корисними та сприятимуть підвищенню ефективності професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, автор монографії обов'язково врахує у подальшій науковій роботі.

РОЗДІЛ 1

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК НАУКОВА ПРОБЛЕМА

1.1. Аналіз стану розробленості проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах реформування вищої освіти

З метою всебічного розгляду проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти вважаємо за необхідне з'ясувати здобутки реформування вищої освіти в Україні та сучасні тенденції розвитку вищої фізкультурної освіти, проаналізувати теоретико-методичні аспекти професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту та висвітлити питання, пов'язані з професійною підготовкою майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Вища освіта у сучасному суспільстві, як заявляє І. С. Каленюк, є однією з найбільш вагомих соціальних інститутів, органічно пов'язаних з фундаментальними основами побудови суспільства, його соціально-економічною та соціально-політичною організацією та розвитком особистості [233, с. 155]. Шлях європейської інтеграції, обраний Україною, вважає І. С. Каленюк, зумовлює необхідність інтенсивних змін в освітній галузі, спрямованих на досягнення рівня найкращих світових стандартів [233, с. 328].

На думку Є. Ніколаєва, неналежна якість вітчизняної вищої освіти призводить до тотальної недовіри суспільства до цього важливого інституту, до падіння його престижу, відтоку талановитої молоді та викладачів за кордон, але водночас до тривалого функціонування вищої освіти, як системи амортизації (пом'якшення) безробіття, як серед студентів, так і викладацького складу [350, с. 9]. Ми цілком згодні з ученим про те, що до негативних тенденцій, які залишаються в системі вищої освіти України, відносяться: 1) ізолюваність вищої освіти від інтересів роботодавців, які практично не залучені як до розробки навчальних програм, так і до професійної їх підготовки з подальшим працевлаштуванням; 2) формальність вимог до якості освітніх послуг та результатів навчання; 3) домінування інтересів «кількості» вищої освіти

над інтересами її якості, пов'язаною з залежністю кількості ставок науково-педагогічного складу від обсягу споживачів освітніх послуг; 4) відсутність досвіду роботи у міжнародних проектах і командах (оскільки довіру іноземних партнерів потрібно завойовувати роками), ефект інерції та тиск звичних традицій; 5) недоліки в адаптації освітніх програм відповідно до компетентностей тощо [350, с.14].

С. Іванова вказує на три тенденції у суспільстві (глобалізація, інтернаціоналізація та європеїзація), які по-різному впливають на процеси у вищій освіті. Інтернаціоналізація вищої освіти, на думку вченої, повинна стати адекватною реакцією на зміни демографічних і мовних параметрів сучасних держав. Випускники закладів вищої освіти повинні бути готовими працювати в умовах різноманіття у взаємозалежному мультикультурному світі. Це вимагає змін освітніх програм, інтеграції в них міжнародних аспектів, знання іноземних мов тощо [225, с. 10].

За переконанням одного з відомих теоретиків університетської освіти П. Скотта, глобалізація є «найфундаментальнішим викликом, із яким зіткнулася вища школа за всю тисячолітню історію». Глобалізація як процес всесвітньої економічної, політичної та культурної уніфікації за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій створює значну кількість альтернативних освітніх провайдерів, стандартизацію навчальних програм та зростання мобільності студентів і викладачів у віртуальному просторі [447, с. 5]. Це, на думку Г. Калінічевої, «детермінує направленість вищої освіти на сприйняття зміни як природної норми, а застою – як прикрого винятку» [236, с. 148].

Як вказує В. Г. Кремень, в епоху глобалізації на українську систему освіти впливають європейські тенденції освітньої політики, зокрема неоліберальна концепція «доходу від освіти» і концепція «соціальної користі». Відтак поняття «доходу від освіти», на думку вченого, слід замінити концепцією «соціальної користі», яка б відбивала собою опосередковані вигоди всього суспільства від набуття вищої освіти конкретною людиною [271, с. 25].

М. Кудря розглядає і негативні прояви глобалізації, які визначаються у загрозі втрати національно-культурної ідентифікації, глобальної маркетингової, прагматизації з причин поглинання англо-американської моделлю вищої школи [282, с. 145].

Ми поділяємо думку І. М. Друзя про те, що переосмислення підходів до формування сучасного фахівця має здійснюватися з максимальним збереженням накопиченого досвіду, національних традицій, систем і методів організації навчального процесу та організаційних форм навчання [171, с. 70].

Щодо європеїзації, то відповідно до сучасної парадигми вищої освіти, основні положення якої задекларовані у «Довіднику користувача європейської кредитно-трансферної системи 2015» (ЄКТС), у вищій освіті набувають значення такі позиції: 1) Студенто-центроване навчання (student-centered education); 2) Навчання, орієнтоване на вихід (output-oriented study programme); 3) Компетентнісний підхід у побудові та реалізації навчальних програм (competence-based approach); 4) Навчання, орієнтоване на результати (result-based education). На думку розробників цього Довідника, студенто-центроване навчання (Student-Centred Learning) – це процес якісної трансформації навчального середовища для студентів та інших осіб, які навчаються, метою якого є поліпшення їх автономії та здатності до критичного мислення на основі результатного підходу. У цьому документі поняття «студенто-центроване навчання» включає такі елементи, як: опора на активне, а не пасивне навчання; акцент на критичному й аналітичному навчанні та розумінні; підвищена відповідальність студента; розширення автономії студента; рефлексивний підхід до процесів навчання й викладання, як із боку студента, так із боку викладача [163].

Нам видається, що концепція європеїзації вищої освіти має неоднозначне трактування та не завжди розглядається позитивно всіма країнами-учасниками Болонської декларації.

У монографії Ю. М. Рашкевича «Болонський процес та нова парадигма вищої освіти» наведено аналіз викривлень принципів Болонської системи в Україні. До них Ю. М. Рашкевич відніс помилки у впровадженні кредитно-модульної системи, неправомірній зміні переліку назв напрямів і спеціальностей [393, с. 5-7].

Основними факторами, які зумовлюють погіршення якості освіти в Україні, М. П. Денисенко називає такі: недостатній рівень базової грамотності абітурієнтів; підвищення обсягу матеріалу, відведеного на самостійне опрацювання, що зводиться здебільшого до написання конспектів, пошуку рефератів у мережі Інтернет тощо; накопичувальна

система оцінок, за якою передбачено обов'язкове відвідування всіх навчальних занять; невідповідність європейським стандартам дисциплін, які викладаються в Україні; відірваність знань від практики; недостатність обсягів фінансування з боку державного бюджету; незадовільність стану науково-дослідної діяльності закладів вищої освіти на сучасному етапі; незначна кількість державної грантової підтримки для закладів вищої освіти [153, с. 19].

Незважаючи на це, С. Іванова стверджує, що обов'язковими положеннями за таких умов, залишаються чотири фундаментальні цінності вищої освіти: 1) зв'язок викладання і досліджень; 2) розвиток співпраці і сумісних програм; 3) посилення уваги до якості освіти та підготовки конкурентоздатних фахівців; 4) розуміння вищої освіти, як суспільного блага [225, с. 10].

В. М. Разуванов до основних тенденцій, реформ і перетворень у системі вищої освіти відносить: фундаменталізацію; гуманітаризацію; імператив неперервності освіти; інтелектуалізацію; динамізацію; демократизацію та гуманізацію [390, с. 19].

Суть модернізації вищої освіти і підвищення її якості на інноваційних засадах Н. О. Белікова [55, с. 164] вбачає в наступному:

- узгодженні змісту навчальних планів підготовки майбутніх фахівців із програмами підготовки фахівців у закордонних країнах та їх адаптації в межах України;

- створенні у вищих навчальних закладах таких умов, які дозволять подолати традиційні межі розподілу між «навчальним», «позанавчальним» і «вільним» часом з метою розвитку креативного мислення, творчого осмислення й опанування інноваційних професійних технологій та саморозвитку студента;

- постійному оновленні змісту підготовки майбутніх фахівців відповідно до досягнень науки, техніки і технологій, наук про суспільство і людину, забезпечення варіативності і гнучкості навчальних планів та програм, їх оперативного реагування на потреби суспільної і виробничої практик, можливість вибору алгоритму навчання відповідно до індивідуальних можливостей студентів: об'єму, темпів і форм освіти;

- широкому і всебічному використанні сучасних інформаційно-комунікаційних технологій, електронних навчально-методичних комплексів, електронних підручників тощо;

- автоматизованому поточному і проміжному контролю знань;
- орієнтацію не тільки на професійну, але й на особистісну складову професійної підготовки, що дозволить майбутньому фахівцю в міру потреби в процесі трудових відносин виявляти ініціативу, гнучкість, самовдосконалюватися та самореалізовуватися, що забезпечить високий адаптаційний потенціал випускника на ринку праці;
- інтегрованому поєднанню загальнодидактичних методів та методів активного навчання, які передбачають суб'єкт-суб'єктну взаємодію учасників педагогічного процесу, їх самоактуалізацію та самоорієнтацію.

Отже, проблема приєднання вищої освіти України до Болонського процесу залишається предметом жвавих дискусій у професійному та науковому середовищі. На думку вчених, реформування системи вищої освіти та підвищення якості професійної підготовки фахівців в Україні є важливою соціокультурною проблемою, вирішення якої полягає у засвоєнні позитивних і нейтралізації негативних впливів глобалізації, європеїзації, інтернаціоналізації, інформатизації та комерціалізації освіти.

Вища фізкультурна освіта нашої держави, як вважає І. Р. Свістельник, «має величезний досвід підготовки фахівців, розгалужену матеріально-технічну базу, величезний інтелектуальний потенціал професорсько-викладацького складу, вагомими є досягнення в інформаційному забезпеченні навчального процесу» [426, с. 8]. Проте, вища фізкультурна освіта, на думку Л. В. Денисової, «переживає переламний момент, який супроводжується переорієнтацією вищої школи у відкриту систему освіти» [154, с. 37].

Розглянемо основні наукові положення, які, на нашу думку, є визначальними для нашого дослідження.

Ми переконані в тому, що концепція особистісно орієнтованої професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту, яку розробила Л. П. Сущенко, надає поштовх до багатоаспектного розгляду цієї проблеми. Так, учена довела, що «результатом і метою професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах є формування смислової парадигми особистості майбутнього фахівця фізичного виховання та спорту; технології її реалізації зорієнтовані на побудову індивідуальних траєкторій розвитку студентів вищих навчальних закладів, задоволення

індивідуальних освітніх потреб та стимулювання їх зростання з опорою на прагнення особистості майбутнього фахівця фізичного виховання та спорту до професійного самовизначення, професійної самореалізації та професійної самоактуалізації упродовж життя» [477, с. 7].

Разом з тим, у літературі робиться акцент на пріоритетності застосування інформаційних технологій у фаховій підготовці. Так, І. Свістельник пропонує у закладах вищої освіти фізкультурного профілю реалізувати наступні заходи: підвищення рівня інформаційного забезпечення та інформаційної підтримки навчального й наукового процесів шляхом організаційних нововведень (установлення зовнішніх зв'язків із користувачем інформації; формування нової інформаційної політики, зміни у структурі діяльності інформаційних служб, зміни у професійній діяльності персоналу інформаційних служб, підвищення креативності їхнього мислення); технологічні нововведення (розробка нових методик інформаційної роботи, інформаційних послуг, широке застосування сучасної техніки й технологій); підвищення якості нових інформаційних продуктів (розширення сервісних послуг і надання в користування власних інформаційних ресурсів у повнотекстовому форматі) [424, с. 132-135].

О. В. Тимошенко вказує на необхідність оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури в вищих педагогічних навчальних закладах на основі програмно-цільового підходу та кредитно-модульної системи організації навчального процесу [486, с. 5].

Аналіз педагогічної літератури свідчить про те, що науковці приділяють значну увагу різним аспектам готовності вчителя фізичної культури, зокрема готовності до здійснення здоров'язбережувальної діяльності. Так, Є. А. Захаріна розробила прогресивну, на нашу думку, концепцію професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури до позакласної та позашкільної оздоровчо-виховної роботи [196].

П. Б. Джуринський розглядає професійну підготовленість майбутнього вчителя фізичної культури до оздоровчо-розвивальної професійної діяльності. як цілісне вираження усіх підструктур особистості, зорієнтованих на повне й успішне виконання багатоманітних ролей учителя у процесі розвитку фізичної культури особистості школярів; як складну, якісну, структурно-динамічну освіту, що характеризується певним рівнем спеціальних теоретичних, практичних,

мотиваційних цінностей, здобутих у результаті виховання, освіти, навчання, оздоровчо-розвивальної діяльності та інтегрованих у творчу професійну оздоровчо-розвивальну діяльність учителя [160, с. 149].

Заслугує уваги робота Л. І. Іванової, яка концептуально дослідила проблему професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я [223, с. 166].

Долучаючись до тематики здоров'язбереження, як компоненти діяльності фахівця в сфері фізичної культури та спорту, Ю. О. Лянной обґрунтував теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх магістрів з фізичної реабілітації з урахуванням особливостей наукової і професійної діяльності на ринку реабілітаційних послуг [306].

Розглядаючи аспекти професійної підготовки майбутнього тренера-викладача, А. В. Сватсьєв вважає, що вона повинна ґрунтуватися на комплексному підході до визначення й оновлення змісту, застосування методів, форм і засобів навчання, що сприяє підвищенню ефективності означеного процесу [420, с. 519-525]. Дослідником було обґрунтовано структуру професіографічного конструкту «професійна підготовленість майбутнього тренера-викладача», яка утворюється світоглядним, психосоматичним, мотиваційним, автодидактичним і фаховим компонентами [422, с. 371].

До умов ефективної підготовки майбутніх тренерів-викладачів Є. О. Павлюк відносить такі: сформованість професійної мотивації, як процесу формування фахових орієнтацій майбутніх тренерів-викладачів; забезпечення професійної самоосвіти та самовдосконалення майбутніх тренерів-викладачів у процесі фахової підготовки; забезпечення розвитку професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів у процесі фахової підготовки; організація ефективної діагностики готовності та компетентності майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності [367, с. 220-293].

Разом з тим, у науковій літературі простежується полеміка щодо шляхів реформування вищої фізкультурної освіти. Так, В. М. Разуванов зазначає, що принципом реформування змісту вищої фізкультурної освіти є підвищення рівня підготовленості за всіма її розділами, що виявляється не в збільшенні часу на вивчення навчальних дисциплін, а у фіксації більш високого рівня вимог за певними розділами підготовки [390, с. 22]. Крім того, вчений вважає самостійну роботу пріоритетною формою

навчання, яка повинна бути повноцінним компонентом навчальних планів і програм. Ми згодні з дослідником, що зміст освіти повинен носити міждисциплінарний та інтернауковий характер і базуватися на блочному принципі, при якому навчальна інформація не диференціюється на окремі дисципліни, а подається у вигляді значних за обсягом розділів, що відображають комплексний погляд на об'єкт вивчення [390, с. 22].

Схожу думку висловлює С. І. Баландін, який звертає увагу на важливість застосування проектних міждисциплінарних підходів на основі інтеграції навчальної, науково-дослідницької та практикоорієнтованої діяльності студентів для вирішення реальних завдань професійної діяльності з обраного виду спорту [40, с. 14].

Для реалізації нових підходів у професійній освіті в сфері фізичної культури і спорту, на думку П. А. Рожкова, необхідно запровадити такі заходи: апробацію нових освітніх професійних програм, педагогічних та інформаційних технологій у навчальній і дослідницькій процеси; розробку нових науково-дослідних напрямів фізичної культури та спорту; обмін досвідом підготовки фізкультурних кадрів із зарубіжними країнами, включаючи стажування [398, с. 6].

Проблему формування конкурентоспроможності у майбутніх фахівців фізичної культури та спорту детально розглядали такі науковці, як С. А. Хазова та М. М. Ебзєєв. Так, С. А. Хазова розробила модель конкурентоспроможних фахівців, виявила детермінанти конкурентоспроможності фахівців, які здійснюють різні види професійної фізкультурно-спортивної діяльності (педагогічну, науково-педагогічну, рекреаційну, управлінську) [511, с. 183]. М. М. Ебзєєв стверджує, що концепція змістового та процесуального забезпечення ефективного вирішення завдання підготовки майбутніх працівників галузі фізичної культури до професійної діяльності в умовах ринкової економіки визначається двома напрямками: розвиток професійних компетентностей, які забезпечують конкурентоспроможність особистості та розвиток відповідних особистісних якостей та здібностей [534, с. 41].

Незважаючи на значну кількість наукових робіт, присвячених проблемам реформування системи професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту, на жаль, задекларовані пропозиції залишаються на рівні теорії та не реалізуються на практиці. Так, Т. Е. Круглова звертає увагу на те, що традиційним залишається

«споживчий» стиль навчання, який не здатний вирішити завдання підготовки сучасного фахівця в умовах глобалізації світу та швидкого розвитку фізкультурних технологій. У своєму дослідженні вчена вказує на тенденцію технократизації, мінімізації духовної культури та максимізації спеціальних професійних умінь, проте акцентує на гуманітарному феномені освіти, який передбачає міжособистісну взаємодію його учасників [274, с. 90].

Ми згодні з думкою Ф. І. Собяніна та С. Г. Дудкіна про те, що однією з проблем професійної підготовки фізкультурних кадрів є «фрагментарна» підготовленість студентів закладів вищої освіти фізкультурного профілю [458, с. 70]. Таку ситуацію ускладнює тенденція до механічного об'єднання дисциплін в окремих модуль, що сприяє поверхневому засвоєнню матеріалу, порушенню логіки викладання та призводить до неможливості повною мірою оцінити засвоєний матеріал [458, с. 70]. Разом з цим, нам імпонує думка науковців про те, що введення тестування, як форми контролю знань, не повною мірою відповідає принципу гуманізації. Пояснюється це тим, що можливості тестування обмежені при оцінці певних компетентностей (наприклад, здатність до творчості). Крім того, використання тестів обмежує контроль повного обсягу знань, який вимагається. Іншою проблемою, яка, на думку вчених, ще залишається не вирішеною – це механічне зменшення аудиторних занять та збільшення обсягу самостійної роботи за Болонським процесом навчання, впровадження якого не може бути ефективним без докорінної зміни підходів до організації самостійної роботи студентів [458, с. 69].

Отже, у сучасний період науковці спрямовують свої зусилля на пошук інноваційних шляхів реформування системи вищої фізкультурної освіти та приділяють значну увагу трансформації змісту і форм професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури та майбутніх тренерів-викладачів з обраного виду спорту.

За логікою нашого дослідження розглянемо аспекти професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Ми вважаємо, що з позицій сьогодення в науці та практиці сформувалися три варіанти вирішення проблеми нестачі кваліфікованих кадрів для сфери фітнесу. Перший варіант передбачає здійснення професійної підготовки у закладах вищої освіти на профільних кафедрах з фітнесу; другий варіант передбачає підготовку майбутніх фітнес-тренерів

на курсах підвищення кваліфікації після отримання вищої фізкультурної освіти будь-якого профілю; третій варіант передбачає проходження короткострокової сертифікації з обраного напрямку фітнесу.

Слушною є думка О. В. Корх-Черби, про те, що «у сфері фітнесу частіше зайняті працівники, що закінчили короткотривалі курси з підготовки інструкторів (аеробіки, аквааеробіки, бодібілдингу та ін.), які за своєю професійною підготовленістю не відповідають сучасним вимогам фітнес-індустрії» [264, с. 194].

Розглянемо позиції науковців щодо різних форм навчання фітнес-тренерів. Так, О. Г. Сайкіна із співавторами вважає, що вирішення проблеми нестачі кваліфікованих кадрів для фітнес-індустрії полягає у формуванні системи додаткової професійної освіти майбутніх фітнес-тренерів. До базових концептуальних напрямів функціонування та розвитку такої системи вчена відносить наступні: 1) орієнтація на запит споживача та доступність (можливість різних форм навчання, широта вибору); 2) інноваційність та творчість (реалізація нових ідей, знань, технологій, застосування сучасного інструментарію); 3) мобільність (оперативна реакція на попит); 4) науковість (експериментальна апробація нових програм); 5) модульність (розширення можливостей для слухачів вибору освітніх модулів і складання на цій основі індивідуальних освітніх маршрутів); 6) послідовність (взаємозв'язок навчального матеріалу); 7) зворотній зв'язок (система оперативної інформації: анкетування, тестування); 8) рефлексивність (глибокий самоаналіз); 9) ефективність (професійне зростання, реалізація, додатковий дохід); 10) прогностичність (перспективи розвитку, нові програми, дистанційне навчання); 11) якість кадрового складу (професіоналізм, творчість, імідж) [416].

На особливу актуальність системи професійної перепідготовки та підвищення кваліфікації фахівців для сфери фітнесу вказують Л. В. Руднева, С. А. Шепеленко та А. Ю. Фролов [405, с. 312], С. І. Смирнов [456, с. 16], Є. В. Шестакова [528, с. 2377] та ін.

Позитивний досвід підготовки фітнес-тренерів у форматі додаткової освіти має Федерація фітнес-аеробіки, яка є офіційним представником Міжнародної федерації спорту та аеробіки (FISAF). У Федерації навчання здійснюється за такими спеціалізаціями: «Інструктор групових фітнес-програм», «Інструктор тренажерного залу / персональний тренер», «Інструктор аквапрограм» та «Інструктор дитячих фітнес-програм».

Сертифікат, який видає Федерація фітнес-аеробіки дійсний 2 роки. Необхідно зазначити, що термін навчання складає від двох до семи днів [500].

Д. Г. Калашніков обґрунтував зміст і структуру навчальної програми на курсах підвищення кваліфікації фахівців фітнес-клубів [232, с. 12]. Авторський курс навчання був запроваджений на базі факультету підвищення кваліфікації Російського державного університету фізичної культури, спорту та туризму, який співпрацює з Асоціацією професіоналів фітнесу, має офіційне визнання європейського фітнес-співтовариства та акредитацію в Європейській асоціації здоров'я та фітнесу (European Health & Fitness Association). Асоціація професіоналів фітнесу видає слухачам після завершення навчання свідоцтва державного зразка та пропонує базові навчальні курси з таких спеціалізацій: 1) «Інструктор тренажерного залу» (72 години); 2) «Інструктор групових програм: класична аеробіка, степ-аеробіка, силові напрямки» (107 годин); 3) «Персональний тренер з бодібілдінгу та фітнесу» (165 годин); 4) «Майстер-тренер» (24 години); 5) «Еліт-тренер» (24 години) [27].

Подібний підхід до підготовки фахівців для сфери фітнесу реалізується у Національному державному університеті фізичної культури, спорту та здоров'я імені П. Ф. Лесгафта на факультеті підвищення кваліфікації та перепідготовки кадрів. У системі підвищення кваліфікації пропонується курс навчання за спеціалізацією: «Фітнес. Інструктор тренажерного залу» обсягом 100 годин. Теоретична частина передбачає засвоєння таких дисциплін, як: «Історія атлетизму», «Основні поняття, терміни та принципи атлетизму», «Основи анатомії та фізіології людини», «Засоби тренування», «Базові вправи атлетизму», «Види та характеристика тренажерів», «Методи атлетичного тренування», «Навантаження та адаптація в силовому тренуванні», «Фізична підготовка», «Структура тренувального процесу», «Програми занять атлетичної спрямованості для людей різної статі та віку» та «Основи харчування при силових тренуваннях». Практична частина програми передбачає ознайомлення з такими курсами, як: «Структура заняття в тренажерному залі», «Техніка виконання вправ на тренажерах для розвитку м'язів тулубу, верхніх та нижніх кінцівок», «Техніка виконання вправ на тренажерах для людей з різним індивідуальними особливостями», «Методика занять на тренажерах різної спрямованості»

та «Техніка виконання вправ з вільними вагами». Додатково для слухачів є можливість підвищити свою кваліфікацію за спеціалізацією «Пілатес. Інструктор оздоровчих видів гімнастики» – 100 годин. Слід зазначити, що в Інституті підвищення кваліфікації навчання здійснюється в очно-дистанційному форматі. На дистанційних курсах заняття проходять за індивідуальним графіком. Після укладання угоди слухач отримує доступ до Інтернет-порталу, на якому розміщені навчальні матеріали. Програма курсу поділена на модулі. Відповідно до навчального плану слухач виконує завдання та складає тести в термін, зазначений викладачем. При цьому ключову роль у навчанні відіграє інтерактивне спілкування слухачів, як із викладачем, так і між собою (у тому випадку, коли паралельно навчаються декілька людей) [344].

Така ж система підготовки пропонується і в приватних організаціях. Так, у Санкт-Петербурзі Академія Фітнесу спільно з Коледжем бодібілдінгу та фітнесу імені Б. Вейдера здійснює підготовку фітнес-інструкторів групових занять. Базовий курс складає 144 години, з яких значний обсяг займає теоретична підготовка (курс лекцій з теорії бодібілдінгу та фітнесу, основ лікарського контролю, дієтології, психології, основ біохімії, анатомії, фізіології та біомеханіки) [253]. Для успішного складання тесту, студенту необхідно правильно відповісти не менш ніж на 80% запитань. Спеціальний блок обсягом 75 годин передбачає вивчення таких дисциплін, як: «Техніка виконання вправ»; «Кардіотренінг» «Методика силового тренування»; «Організація роботи тренера тренажерного залу» тощо. Крім того, викладачами здійснюються контрольні заходи, які включають написання тренувальних програм для 5 віртуальних клієнтів, тестування, виконання контрольних робіт і складання іспиту. За умов успішного виконання всіх вимог, студент отримує сертифікат державного зразка. У програмі підвищення кваліфікації пропонуються курси за такими спеціалізаціями: «Інструктор – вихователь дитячого клубу – «1» ступінь (150 годин); «Інструктор групових програм – «1» ступінь (150 годин); «Інструктор водних програм – «1» ступінь (150 годин). Підготовка персонального тренера відноситься до другого ступеня навчання (за умов успішного засвоєння першого ступеню). Відповідна програма розрахована на 75 годин та передбачає оволодіння теоретичними знаннями та практичними навичками з таких дисциплін: «Функціональний тренінг»; «Стрейчинг»; «Реабілітація»;

«Технологія ефективних продажів персонального тренінгу»; «Особливості персонального тренування з дітьми»; «Особливості персонального тренування з особами похилого віку» тощо [253].

В Україні діє розгалужена система підготовки фітнес-тренерів, що реалізується на базі, як окремих навчальних центрів, так і крупних фітнес-клубів.

До найбільш популярних організацій, які здійснюють підготовку фітнес-тренерів можна віднести: Школу фітнес-інструктора «Fitnessservice» [530], Академію фітнесу [6], Центр підготовки кадрів фітнес індустрії «Summit» [521]. Так, у Школі фітнес-інструктора «Fitnessservice» пропонуються очна, заочна та дистанційна форми навчання. Тривалість семінарів, майстер-класів, курсів і лекційних курсів триває від двох до шести днів. Навчання здійснюється за такими програмами: «Інструктор програми Пілатес» (Mat Work, вправи з малим обладнанням, «Заняття з вагітними»; «Інструктор аква-фітнеса»; «Інструктор дитячого фітнеса», «Інструктор програми тай-бо»; «Інструктор тренажерного залу» [530].

Академія фітнесу пропонує короткострокові програми (12-18 годин) за таким напрямками: «Інструктор тренажерного залу» (персональний тренер, майстер-тренер); «Інструктор групових програм» (танцювальна та степ-аеробіка, силовий, інтервальний та функціональний тренінг) [6].

Центр підготовки кадрів фітнес-індустрії «Summit» здійснює навчання за такими програмами: «Персональний тренер тренажерного залу першого рівня» (72 години); «Персональний тренер тренажерного залу другого рівня» (36 годин); «Тренер групових програм» (72 години) [521].

На нашу думку, приватні навчальні центри пропонують різноманітний перелік програм навчання, які характеризуються вузькою спеціалізацією, незначним терміном навчання та динамічним реагуванням на зміни у ринку фітнес-послуг.

У цьому контексті, О. В. Корх-Черба зазначає, що «темп оновлення оздоровчих технологій, якість спортивного інвентарю й обладнання відомих зарубіжних фітнес-компаній (Міжнародна асоціація оздоровчих, тенісних і спортивних клубів – IHRSA, «Планета фітнес» та ін.) дозволяють їм розгорнути систему підготовки фахівців з фітнесу», що перевищує за якістю аналогічну підготовку фахівців у державних фізкультурних закладах вищої освіти [264, с. 194].

Ми згодні з Т. Е. Кругловою [8, с. 237], О. Г. Сайкіною та Ю. В. Смирновою [413] про те, що всі форми підготовки, безумовно, заслуговують схвалення і позитивної оцінки в умовах високого соціального запиту суспільства. Разом із тим, вважаємо, що подібне фрагментарне, вузькоспеціалізоване та, певною мірою, поверхнєве навчання за відсутності системного підходу, може бути тільки лише доповненням до цілеспрямованої науково-обґрунтованої системи підготовки майбутніх фахівців з фітнесу в умовах навчання в закладі вищої освіти.

Американські вчені М. Н. Malek, D. P. Nalbone, D. E. Berger, J. W. Coburn [622] та R. Cotton [574] також наголошують на важливості здобуття вищої освіти фітнес-тренерами та необхідності прийняття відповідних нормативних актів.

Окремі аспекти підготовки фахівців різних спеціалізацій для сфери оздоровчого та спортивного фітнесу у закладах вищої освіти розглядали О. А. Атамась, М. Р. Батіщева, К. Д. Волков, Т. С. Лисицька, В. О. Пономарьов, Л. В. Сіднева, А. О.Твеліна та ін.

Так, Л. В. Сіднева розглядала процес викладання дисципліни «Оздоровча аеробіка» для студентів закладів вищої освіти фізкультурного профілю, визначила алгоритм їх навчання та його специфічні засоби [441, с. 12].

На думку К. Д. Волкова, формування спеціальних професійних компетенцій майбутніх фахівців для роботи в оздоровчому фітнесі, зокрема інструкторів тренажерного залу, повинна здійснюватися з позицій вищої освіти та на основі контекстного навчання з урахуванням компетентнісного підходу до проектування навчального процесу і включати процесуальний, змістовний, структурний, рівневий та критеріальний блоки [121, с. 16].

В. О. Пономарьов, який вивчав проблему формування професійно-педагогічної компетентності майбутніх тренерів з атлетичної гімнастики, що працюють у фітнес-клубах, засвідчує, що «досягнення необхідного рівня професійно-педагогічної компетентності фахівця можливе внаслідок забезпечення таких педагогічних умов: запровадження адекватної, науково обґрунтованої моделі формування професійно-педагогічної компетентності, що містить ряд взаємопов'язаних компонентів: соціальний запит, мету, етапи, домінуючі форми, методи та зміст

педагогічного процесу; відтворення соціально-ціннісної місії тренерської професії у мотиваційній та ціннісно-змістовій структурах особистості майбутнього тренера». Науковець пропонує застосовувати інтегративний, високо-контекстуальний та інтерактивний характер викладання предметів психолого-педагогічного напрямку; акцентує на необхідності формування особистісних характеристик фахівця у поведінковій, емоційно-вольовій та когнітивній сферах [379, с. 16].

Д. В. Пятницька запропонувала загальні та конкретні форми організації навчання у процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів [389, с. 322].

О. К. Корносенко виявила специфіку використання засобів і методів підготовки майбутнього фітнес-тренера на прикладі навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання оздоровчого фітнесу» [258, с. 153]. Крім того, О. К. Корносенко із співавторами розробила кроковий тренажер-симулятор, який призначений для опанування базових кроків з оздоровчої аеробіки і розвитку музично-ритмічних здібностей студентів. Це, на думку вченої, дозволить оптимізувати навчальний процес. Кроковий тренажер-симулятор складається з 3-х частин: комп'ютерної програми, електронного пристрою і підлогової платформи (танцювальної дошки). Для зручності виконання кроків, що регулюються світловими сигналами, схема панелей платформи дублюється на моніторі комп'ютера, до якого підключена платформа. Програма пропонує 12 варіантів уроків для навчання [260, с. 98-107].

Фундаментальною спробою розробки підходів до стратегії і тактики формування достатнього рівня професійних компетенцій на основі компетентнісного підходу для фахівців у сфері фітнесу є, на нашу думку, робота О. О. Гладішева. Дослідник розробив траєкторію, зміст і методичне забезпечення підготовки «фітнес-фахівців» в процесі навчання студентів фізкультурно-спортивного профілю на базі факультету додаткової освіти; визначив технологію оцінювання рівня сформованості професійних компетенцій [134, с. 131].

П. А. Слобожанінов присвятив своє дослідження формуванню професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій. Дослідником визначено структурні компоненти професійної компетентності майбутнього фахівця з фітнесу та рекреації, до яких віднесено

мотиваційно-ціннісний, змістовий, діяльнісний та креативний; розроблено модель формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій; удосконалено зміст навчальних дисциплін, форми, методи і засоби професійної підготовки майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації у закладах вищої освіти [452, с. 10].

У педагогічній літературі з'являються праці, присвячені проблемі готовності учителів фізичної культури до впровадження фітнес-технологій. Це, на нашу думку, свідчить про значний потенціал фітнесу, як навчальної дисципліни для підготовки фахівців різних кваліфікацій.

У дисертаційному дослідженні О. А. Атамась теоретично обґрунтувала та експериментально перевірила педагогічні умови формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу, до яких віднесла: інтенсифікацію змісту підготовки майбутніх учителів фізичної культури за рахунок введення дисциплін варіативного блоку; розвиток професійного інтересу майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу; забезпечення оволодіння досвідом упровадження технологій оздоровчого фітнесу в процесі проходження практик [29, с. 15].

М. Р. Батіщева характеризує готовність майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями як «інтегральну якість особистості випускника вищого навчального закладу, що ґрунтується на психолого-педагогічних, медико-біологічних, валеологічних знаннях, а також знаннях методики викладання оздоровчої гімнастики та фітнесу в загальноосвітній школі, що забезпечує ефективне проведення уроків та позакласних заходів з дівчатами старшокласницями» [44, с. 14].

Таким чином, ґрунтовний аналіз науково-педагогічної літератури показав, що професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти стала предметом лише обмеженої кількості досліджень вітчизняних і зарубіжних науковців. Науковці розглядають цей процес з позицій додаткової освіти або обмежуються рамками одного з компонентів цієї діяльності. Водночас є очевидним, що проблема професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти ще не достатньо досліджена у педагогічній теорії. Не отримали

обґрунтування концепція та модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

1.2. Історичні передумови становлення системи професійної підготовки фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Відзначаючи незаперечні здобутки вчених у дослідженні історичних і теоретико-методичних аспектів розвитку фітнесу (В. І. Лисицька, О. Г. Сайкіна та ін.); історичних аспектів розвитку системи підготовки фахівців для сфер фізичного виховання та оздоровчої фізичної культури (О. В. Андреева, О. Л. Благій, Т. Ю. Круцевич, В. В. Левицький та ін.), вважаємо за необхідне уточнити питання соціально-політичних передумов становлення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України та появи нової професії «фітнес-тренер». Зважаючи на циклічність розвитку всіх історичних процесів, подібний ретроспективний аналіз дозволить виявити шляхи становлення та вдосконалення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України, ґрунтовніше розкрити сутність досліджуваної проблеми, а також розширити наукове знання вітчизняної теорії та методики професійної освіти.

Як вважає О. В. Андреева, історія оздоровчої фізичної культури нараховує декілька десятиліть і має цінний науково-практичний досвід [17, с. 222]. Основні аспекти періодизації підготовки фізкультурно-спортивних кадрів у період XVI- XX століття детально проаналізовані у роботах В. М. Видріна [125], Ю. Войнара [118], Т. С. Лисицької [302], Л. П. Сущенко [477] та ін.

Термін «фізична культура», на думку Т. С. Лисицької, був розповсюдженим на початку XX століття та отримав широке визнання у всіх колишніх радянських інстанціях та стабільно увійшов у науковий та практичний лексикон [302, с. 18]. За твердженням Л. П. Сущенко, протягом 60 років XX століття у колишньому СРСР відбулася розбудова Державної системи фізкультурної освіти, що сприяло формуванню широкої мережі вищих і середніх фізкультурних навчальних закладів; впровадженню системи професійної підготовки тренерів з різних видів спорту та викладачів фізичного виховання, в тому числі, для військових підрозділів. [477, с. 32].

Аналіз соціокультурних явищ, які відбувалися у той період за кордоном, дозволяє стверджувати, що в Європі та США, на відміну від колишнього СРСР, у фізичній культурі спостерігалися різноманітні новації. Так, у 60-х роках ХХ століття в Європі з'явилася нова форма гімнастики з використанням ритмічної музики, якою стала джаз-гімнастика. У 1970 році була видана книга американського лікаря К. Купера «Нова аеробіка» («The New Aerobics»), в якій було доведено позитивний фізіологічний вплив вправ аеробної спрямованості на системи організму людини, представлено науково-обґрунтовані програми оздоровчого бігу, ходьби та їзди на велосипеді. У США, за сприянням американської танцівниці Дж. Соренсен, динамічно поширювалися «аеробні танці», «аеробна гімнастика», «гімнастична аеробіка», «поп-гімнастика», «джазова гімнастика» й згодом, «аеробіка» [302, с. 32].

Цікавим, на нашу думку, є те, що у той же час у колишньому СРСР також спостерігалися інноваційні тенденції. Так, за дослідженнями М. В. Дутчака, наприкінці 1970-х років в Україні склалися умови, які сприяли виникненню нових форм залучення населення до масових занять фізичною культурою і спортом поза рамками традиційного комплексу ГПО за місцем проживання населення, у виробничих і навчальних колективах, в місцях масового відпочинку та спортивних спорудах [176, с. 24]. Як зазначає вчений, «зважаючи на це партійними та державними органами було ухвалено ряд директивних актів, спрямованих на вирішення питань підготовки управлінських кадрів для сфери оздоровчої фізичної культури. Зокрема, постановою Комітету з фізичної культури та спорту при Раді Міністрів Української РСР від 17 червня 1976 року «Про хід виконання постанови Спорткомітету УРСР від 1 листопада 1973 року № 119, «Про заходи щодо подальшого покращення роботи з підбору, розстановки і виховання фізкультурних кадрів в Українській РСР» було поставлено завдання відкрити на базі Київського державного інституту фізичної культури спеціальне відділення з підготовки організаторів фізкультурної роботи» [176, с. 24]. Протягом наступних років було зроблено нові кроки у цьому напрямі. Спільною постановою колегії Міністерства вищої освіти СРСР та Колегії Спорткомітету СРСР від 20 травня 1982 року «Про стан та заходи з покращення роботи інститутів фізичної культури з підготовки кадрів у світлі постанови ЦК КПРС та Ради Міністрів СРСР «Про подальше піднесення масовості фізичної

культури і спорту» визначено необхідність підготовки фахівців нового напрямку – педагогів-організаторів масової фізкультурно-оздоровчої роботи та туризму [176, с. 24]. Аналізуючи зміст постанови, М. В. Дутчак зазначає, що «соціальний запит на вказаних фахівців обумовлювався такими обставинами: недостатнім рівнем фізкультурної активності населення й, насамперед, дорослого, зайнятого виробничою працею, у сфері якого на одного штатного фізкультурного працівника припадало в 14 разів більший контингент, ніж у системі освіти; вдосконалення матеріально-технічної бази для занять спортом на виробництві, за місцем проживання, в зонах організованого відпочинку, на спортивних спорудах, створення широкої мережі фізкультурно-оздоровчих закладів; збільшення бюджету трудящих і розширення на цій основі можливостей реалізації мотивів занять масовою фізичною культурою; необхідність включення у фізкультурну діяльність широких прошарків населення з притаманним їм спектром вікових, функціональних, соціально-психологічних та інших характеристик; низький рівень знань населення про засоби, методи організації самостійних занять оздоровчими формами фізичної культури» [176, с. 24].

За дослідженнями І. Р. Свістельник, «на початку 80-х років ХХ століття почала активно формуватися система наукової інформації галузі фізичної культури і спорту. Поштовх цьому дало засідання президії Наукової ради Спорткомітету СРСР, де вирішувалися питання розвитку науки. Мета роботи Наукової ради полягала у визначенні стратегії науково-дослідної роботи, виявленні найбільш актуальних наукових тем та розгляді перспективних наукових розробок. Вперше було розглянуто проблему інформаційного забезпечення галузі та проект створення системи науково-технічної інформації з фізичної культури і спорту» [425, с. 7].

О. В. Андреева із співавторами наголошує на тому, що у 80-х роках ХХ століття «розроблялися теоретичні основи оздоровчої фізичної культури. Накопичені теоретичні знання й практичний матеріал дали змогу доповнити програму підготовки фахівців новими навчальними дисциплінами» [16, с. 6]. Отже, у цей період формувалася система підготовки кадрів з масової оздоровчої фізичної культури.

У 1982 році у Київському державному інституті фізичної культури було відкрито спеціалізацію «Організація масової фізкультурно-

оздоровчої роботи і туризму». Проведений нами аналіз змісту навчального плану свідчить про його розширення за рахунок введення таких дисциплін, як: «Методика окремих видів організаційно-масової роботи з фізичного виховання і спорту» (14 аудиторних годин), «Організаційно-масова робота в різних ланках фізкультурного руху» (18 аудиторних годин) та «Методика масової фізкультурно-оздоровчої роботи і туризму» (38 аудиторних годин).

Як вказує О. Г. Сайкіна, у середині 80-х років ХХ століття в колишньому СРСР активно розвивалися такі види, як: ритмічна, атлетична, жіноча гімнастика; а також східні напрямки: йога, тайцзіцюань, ушу та ін. З 1984 року комплекси ритмічної гімнастики почали демонструватися по телебаченню. Разом з тим, розвивалися і методики психорегуляції та аутогенного тренування. Популярними на той час стають циклічні види фізкультурно-спортивної діяльності: оздоровча ходьба, біг, плавання, їзда на велосипеді та ін. [417, с. 37].

Тематика наукових публікацій на той час, як вказує І. Р. Свістельник, була присвячена висвітленню широкого кола актуальних питань фізичного виховання, особистої гігієни, а також різних аспектів здорового способу життя (загартовування, раціональне та повноцінне харчування тощо) [425, с. 7].

Починаючи з 90-х років ХХ століття, відбувався найкритичніший, на нашу думку, етап трансформації фізичної культури. Так, В. І. Григор'єв зазначає, що перехід до ринкової економіки в суспільстві того часу, відкриття кордонів, вільний обмін інформацією, входження в єдиний світовий простір, розпад колишнього СРСР, зміна форм власності, руйнування вертикально-інтегрованих багатогалузевих фізкультурно-спортивних комплексів й інші процеси соціально-економічного розвитку – все це призвело до трансформації поглядів на філософію і стратегію розвитку фізичної культури [8, с. 7]. Зміст занять традиційними видами фізичної культури став піддаватися сумніву. Ці заняття оцінюватися як «малоефективні» та «примітивні». У розвитку фізичної культури посилювалися процеси ентропії, вона виявилася перевантаженою зайвими конотаціями, пов'язаними з утопічними ідеями загальної гармонії та здоров'я, рівності та щастя. Як зазначає В. І. Григор'єв, внутрішні суперечності, які накопичувалися у процесі реформ, призвели до

закономірного виснаження адаптивних можливостей фізичної культури та девальвації її традиційних цінностей [8, с. 7].

Парадоксальним, на нашу думку, є те, що в умовах тотальної стагнації в економіці та культурі країни, вже у 1990 році у Ленінграді відкрився перший фітнес-клуб шведської мережі World Class, зорієнтований на клієнта з бізнес-сегменту ринку споживання, а у 1993 році – у Москві.

Паралельні процеси відбувалися й в освітянській сфері. Проведений нами аналіз архівних документів у Київському державному інституті фізичної культури (тепер – Національний університет фізичної культури і спорту України) дозволяє стверджувати, що вища фізкультурна освіта також піддавалась певним трансформаціям. Так, починаючи з 1990 року у навчальний план було введено такі нові дисципліни, як: «Ритмічна гімнастика» (30 аудиторних годин) і «Атлетизм» (40 аудиторних годин).

З 1993-1994 навчального року була запропонована магістерська навчальна програма за спеціалізацію «Організація оздоровчої фізичної культури, рекреації та масового спорту», в межах якої пропонувалися такі дисципліни, як: «Створення програм» (20 аудиторних годин), «Оздоровча фізична культура зарубіжних країнах» (30 аудиторних годин), «Дисципліни за вибором: шейпінг, аеробіка, атлетизм, туризм» (56 аудиторних годин), «Управління фізичною культурою і спортом» (60 аудиторних годин) і «Пропаганда оздоровчої фізичної культури» (20 аудиторних годин).

Отже, соціальні трансформації українського суспільства у 90-х роках ХХ століття надали новий поштовх до розвитку оздоровчої фізичної культури.

У 1995 році, як зазначає С. В. Бренч у своєму дослідженні, присвяченому історії виникнення фітнес-аеробіки, була створена Міжнародна федерація спортивної аеробіки і фітнесу (FISAF – ФІСАФ), яка успішно розвивала аеробіку, як вид спорту. Міжнародна федерація гімнастики також розпочала свою активну діяльність за цим напрямком. Під патронатом зазначених організацій (федерацій) у світі відбувалися різноманітні спортивні змагання різного рангу від районних та обласних до чемпіонатів Європи та Світу, проводилися показові виступи, семінари, свята, фестивалі, кубкові турніри, чемпіонати тощо [70, с. 41].

У середині 90-х років ХХ століття починає розвиватися напрям дитячого фітнесу. На думку Т. В. Левченкової, адаптовані програми фізичного виховання були основою для побудови фітнес-програм, застосування інноваційного обладнання дозволило збагатити їх зміст [297, с. 232].

Такі обставини стали підґрунтям для відкриття у 1997 році на базі Українського університету фізичного виховання і спорту спеціалізації «Рекреація, оздоровча фізична культура». На думку О. В. Андреевої та О. Л. Благій, «методологічне проектування підготовки фахівців із рекреації починається із системно-структурного аналізу закономірностей розвитку цієї сфери, що дає підставу для визначення необхідних знань» [16, с. 6].

В Україні на той час вже існували заклади, що надавали різні фізкультурно-оздоровчі послуги (заняття в тренажерному залі, аеробіка, шейпінг, йога, користування басейном, сауною, масаж). Л. М. Ващук вказує, що у 1998 році в Києві було відкрито перший фітнес-клуб – «Київ Спорт Клуб». Проводилися семінари за участю провідних зарубіжних фахівців і здійснювався регулярний набір на курси з оздоровчої аеробіки на базі приватних організацій [107, с. 8]. Ми схилиємось до думки В. В. Левицького про те, що система підготовки кадрів для сфери фітнесу, яка існувала на той час, відображала загальносвітові тенденції [295, с. 88].

За влучним визначенням В. І. Григор'єва, поняття «фітнес» стало культурологічним віддзеркаленням західного стилю життя, успішності та заможності [146, с. 160].

До цієї думки долучається і М. В. Дутчак, який вказує, що «істотних трансформацій зазнала і сама сфера оздоровчої культури. Фізкультурно-оздоровчі та спортивно-оздоровчі організації перетворились у виробників послуг, що мають діяти за законами ринку. Суспільством було взято на озброєння концепцію гуманізації фізкультурно-оздоровчої сфери на основі більш повного врахування інтересів та потреб населення, розвитку її різних секторів (приватного, громадського, державного)» [176, с. 12].

На початку ХХІ століття спостерігається подальший розвиток системи підготовки фахівців за спеціалізацією «Рекреація, оздоровча фізична культура». Аналіз змісту навчальних планів Національного університету фізичної культури і спорту України того періоду свідчить про введення таких нових дисциплін, як: «Теорія та методика масової

фізичної культури та масового спорту» (84 аудиторні годин), «Характеристика сфери оздоровчої фізичної культури» (20 аудиторних годин), «Професійна діяльність в сфері оздоровчої фізичної культури» (20 аудиторних годин), «Оздоровчі види гімнастики» (54 аудиторні години), «Аеробіка» (52 аудиторних годин), «Оздоровчі заняття на воді» (70 аудиторних годин), «Нетрадиційні методи оздоровчої фізичної культури» (60 аудиторних годин), «Культуризм» (20 аудиторних годин) та «Основи програмування фізкультурно-оздоровчих занять» (70 аудиторних годин).

Проведений нами аналіз архівних документів свідчить, що за 2000-2006 роки навчальним планом Університету було передбачено додаткове оволодіння знаннями та навичками з таких дисциплін, як: «Оздоровча ходьба, біг» (40 аудиторних годин), «Фізкультурно-оздоровчі клуби (спецкурс)» (28 аудиторних годин), «Оздоровчий фітнес» (108 аудиторних годин) та «Комп'ютерні системи фізкультурно-оздоровчих занять» (42 аудиторні години). При цьому спостерігалася поступове розширення програмного матеріалу та збільшення кількості годин з професійно-орієнтованих дисциплін.

Крім того, у 2002-2006 роках з'явилися науково-методичні розробки та фахові видання, присвячені історії фітнесу, науково-методичним основам побудови фітнес-програм різної спрямованості та основам професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів. У науковій літературі (Д. Г. Калашніков [232, с. 6], Г. М. Лаврухіна [292, с. 96], О. Г. Сайкіна [415, с. 18] та ін.) актуалізувалася проблема дефіциту висококваліфікованих кадрів, зверталася увага на невідповідність існуючої системи підготовки фахівців з фізичної культури вимогам ринку праці.

Ми згодні з О. В. Андрєєвою та О. Л. Благій, що вищевказані наукові розробки були підґрунтям до початку методологічного проектування системи підготовки фахівців [16, с. 8].

Характеризуючи особливості того періоду, В. В. Левицький вказує на наявну тенденцію переходу від вузькопрофесійних та уніфікованих навчальних дисциплін до гнучких професійно-спрямованих і особистісно зорієнтованих курсів, які з'єднували обов'язкові дисципліни з широкою можливістю вибору елективного напрямку [296, с. 169].

Отже, починаючи з 2010 року у Національному університеті фізичного виховання і спорту України було юридично закріплено досвід професійної підготовки майбутніх фахівців для фітнес-індустрії.

У той час розпочалася робота з цілеспрямованого проектування педагогічної системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України. Так, у Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича здійснювалась підготовка бакалаврів за напрямом 6.010203 «Здоров'я людини» та спеціалістів і магістрів спеціальності 7.01020303, 8.01020303 «Фітнес та рекреація». Наказом МОНУ від 11.06.2014 року №2323 Львівському державному університеті фізичної культури була надана ліцензія на підготовку магістрів з фітнесу та рекреації (8.01020303) галузі знань 0102 – фізичне виховання, спорт і здоров'я людини.

Таким чином, започаткування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та поява нової професійної групи, якими стали фітнес-тренери, були обумовлені соціальним запитом на якість та асортимент фізкультурно-оздоровчих послуг, популяризацією фітнесу як альтернативного виду рухової активності, його різноманітністю, оформленням фітнесу як наукової та навчальної дисципліни, відсутністю єдиної системи підготовки таких фахівців, а також законодавчою легалізацією професії «фітнес-тренер». Крім того, необхідно зауважити, що становлення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти піддавалося значному впливу закордонного досвіду; характеризувалося певною консервативністю, відставанням від запитів ринку праці порівняно з альтернативними формами підготовки фітнес-тренерів.

1.3. Дефініції загального контексту професійної підготовки майбутніх фахівців з вищою освітою

Загальновідомо, що завжди нове наукове знання конкретизується в понятійному апараті та формує певний тезаурус, тобто систематизований комплекс синонімічних і родо-видових дефініцій, які використовуються в будь-якій науковій галузі. У зв'язку з тим, що наше дослідження присвячене теоретичним і методичним засадам професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, виникає необхідність

аналізу відповідних понять. Це дасть можливість окреслити найбільш складні аспекти проблеми та концентрувати на них власний науковий пошук.

До традиційних для педагогіки дефініцій, які, на нашу думку, потребують уточнення, ми віднесли такі, як: «професія», «професіограма», «модель фахівця», «професійна підготовка», «результати навчання», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «готовність», «заклад вищої освіти» (рис. 1.1).

Розглянемо сутність понять «професія».

Аналіз вітчизняної та іноземної наукової літератури свідчить про різні підходи до тлумачення терміна «професія». За дослідженнями Т. Л. Александрової, у західних концепціях професіоналізму поняття «професія» описується за допомогою двох понять: «occupation» (перекладається як «заняття») і «profession» («вільна професія», високо статусний вид діяльності).



Рис. 1.1. Дефініції загального контексту професійної підготовки майбутніх фахівців у закладах вищої освіти

Саме закордонний термін «occupations» є аналогом вітчизняного поняття «професія». За перекладом Т. Л. Александрової, в Оксфордському словнику поняття «occupation» трактується як «економічна роль, виділена з домашньої діяльності в результаті зростання ринків праці; «profession» –

як «форма організації роботи, тип трудової орієнтації», що включає в себе «регулятивний момент з метою забезпечення стандартів виконання роботи; код поведінки; управління знанням у сфері майстерності і, нарешті, контроль членів, вибір і навчання нових учнів» [9, с. 15].

Як вказують С. О. Альошина та О. С. Заїр-Бек, наука визначає професію в контексті трудової діяльності [11, с. 23]. В. М. Владимиров виділяє два підходи до розкриття сутності професії: діяльнісний та особистісно-кваліфікаційний [222, с. 62].

У таблиці 1.1 подано визначення поняття «професія» з позицій діяльнісного підходу.

Таблиця 1.1

Визначення поняття «професія» з позицій діяльнісного підходу

Визначення поняття	Автор, джерело
Професія – це історично й культурно зумовлене суспільне явище, яке об’єктивно визначається досягнутим рівнем розподілу праці. Це набутий в процесі навчання і виховання, орієнтований на суспільний розподіл праці комплекс систематичних знань, умінь і навичок, здібностей і переконань людини, який є передумовою до виконання кваліфікованої праці в матеріальному і нематеріальному виробництві	Е. Калицький [235, с. 63]
Професія – це рід трудової діяльності, що вимагає спеціальних теоретичних знань та практичних навичок і є джерелом існування (від лат. <i>professio</i> – оголошую своєю справою)	«Сучасний словник іншомовних слів» [476, с. 145]
Професія – це діяльність, яка має власну мету, власні продукти, норми, засоби, що у свою чергу детерміновані соціальною функцією та технологією тієї сфери суспільного виробництва, яку дана діяльність обслуговує	С. А. Боровикова» [69, с. 124]
Професія – це своєрідна сукупність умінь, навичок, видів діяльності, особистих захоплень та зацікавлень людини, що служить джерелом заробітку, сприяє виявленню творчих здібностей і реалізації власних та суспільних устремлінь	М. С. Герцик, О. М. Вацеба, [128, с. 158]
Професія – це фах	«Великий тлумачний словник сучасної української мови» [109, с. 1530]

У «Національному класифікаторі України» поняття «професія» розглядається з позицій особистісно-кваліфікаційного підходу, що акцентує увагу на носії професії – людині. У цьому документі

ззначається, що професія – це «здатність виконувати подібні роботи, які вимагають від особи певної кваліфікації» [347]. Поняття «робота» в цьому документі визначається «як певні завдання та обов'язки, а кваліфікація «відображається через назву професії; визначається рівнем освіти та спеціалізації (деталізоване коло професійних завдань та обов'язків у рамках певної галузі), що були виконані, виконуються чи повинні бути виконані однією особою» [347].

Отже, ми узагальнили подані в науковій літературі визначення та уточнили поняття «професія», яке ми розуміємо як конкретний вид трудової діяльності, що є результатом фахової підготовки, передбачає сформованість комплексу знань, умінь, навичок та особистісних якостей; визначає здатність людини виконувати специфічні завдання й обов'язки та є джерелом доходу й особистісного розвитку.

З поняттям «професія», на нашу думку, пов'язані такі поняття, як «професіограма» та «модель фахівця».

За визначенням О. Р. Малхазова, професіограма – це перелік знань (соціально-економічних, технологічних, психофізіологічних) про конкретну професію та організацію праці, а психограма – це психологічний «портрет» професії, який представлено конкретною групою психологічних функцій, притаманних конкретній професії [319, с. 151].

У підручнику «Гігієна праці» за редакцією А. М. Шевченка поняття «професіограми» тлумачиться як опис психологічних вимог професії до діяльності та особистості людини [132, с. 327].

Н. В. Кузьміна наводить таке визначення поняття «професіограма»: це науково-обґрунтовані норми та вимоги професії до видів професійної діяльності та якостей особистості фахівця, які дозволяють йому ефективно виконувати вимоги професії, отримувати необхідний для суспільства продукт і разом з тим створювати умови для розвитку особистості самого працівника [285, с. 24]. У структуру професіограми дослідниця вносить трудову граму (опис праці в професії) і психограму (опис людини праці в професії). Трудова грама характеризує фахівця як суб'єкта професійної діяльності, а психограма – як індивіда [285, с. 24].

М. В. Рижаків [409, с. 21] та В. А. Сластьонін [450, с. 125-130] виділяють триблочну структуру професіограми, що містить трудову граму – опис праці в професії; психограму – опис людини в праці; соціограму –

опис особистості в професії. На думку вчених, ці частини досить добре узгоджуються з компонентами професійної компетенції фахівця. Так, трудограма відображає призначення й місію професії, її розповсюдженість, цілі, предмет, засоби, умови, продукт праці, а також знання, уміння, способи виконання професійної діяльності, можливі рівні професіоналізму та кваліфікаційні розряди, права представників даної професії, посадові обов'язки. Це достатньою мірою відповідає технологічному й спеціальному компонентам професійної компетенції. Психограма містить опис мотивів, цілей, завдань, потреб людини в професії, а також ціннісні орієнтації, взаємини, емоції та психічні стани, задоволеність людини працею, її процесом і результатом, психологічні вимоги та протипоказання, що висувуються до фахівця професії, її позитивні та негативні сторони, психологічні характеристики професійного росту та тенденції розпаду професійної діяльності, професійні домагання й професійну самооцінку. Усі перераховані аспекти відповідають психологічному компоненту професійної компетенції. Соціограма описує соціально значущі якості людини (комунікабельність, організаторські здібності, мобільність та ін.), соціальну значущість і затребуваність професії в суспільстві, соціальні норми людини в професії, правила субординації, професійну культуру, адаптивність особистості в професії до впливів зовнішнього середовища, творчі здібності та можливості збагатити досвід професії, ціннісні орієнтації, стосунки, позиції в професії, здатність до професійного навчання та професійного саморозвитку, професійне мислення. Перераховані моменти характеризують фахівця з позиції соціального, управлінського та комунікативного компонентів професійної компетенції.

За Я. В. Крушельницькою, до структури професіограми відносяться:

1. Загальні відомості про спеціальність. Найменування й призначення професії, характеристика робочої зони й робочого місця, засоби й знаряддя праці, професійна підготовка фахівця, його функціональні обов'язки, критерії ефективності діяльності, перелік обсягу знань та умінь, які необхідні для успішної професійної діяльності, з виділенням тих, що визначають професійну майстерність.
2. Зміст діяльності. Опис та аналіз основних дій і операцій. Професійні завдання, які розв'язуються фахівцем. Особливості прийому,

переробки інформації та прийняття рішень. Структура виконавських дій. Аналіз помилок. Завантаженість психологічних функцій.

3. Умови діяльності. Санітарно-гігієнічні умови. Режим праці й відпочинку, професійні шкідливості. Основні форми професійної захворюваності й травматизму.

4. Соціально-психологічні фактори діяльності. Характеристика колективу. Роль і місце фахівця в системі внутрішньогрупових зв'язків. Мотиваційні аспекти спільної діяльності.

5. Динаміка психічного стану фахівця в процесі діяльності. Характер і ступінь зміни активності психофізіологічних функцій і працездатності. Переважні емоційні стани. Вплив динаміки станів на ефективність діяльності.

6. Психограма як характеристика психологічних вимог професії до людини з виділенням основних і бажаних психічних особливостей, а також психофізіологічних протипоказань. Особистісні якості. Сенсорно-перцептивні характеристики. Якості мислення. Характеристики пам'яті. Моторні дії. Співвідношення в процесі діяльності особистісних, перцептивних, гностичних і моторних якостей. Протипоказання до діяльності [278, с. 137].

Дещо іншу структуру пропонує Н. Г. Кошелева. До змісту професіограми нею віднесено:

1. Призначення, «місія» професії, її роль у суспільстві (виробництво матеріальних товарів або ідей, надання послуг в різних соціальних сферах; збір, зберігання й передача інформації та ін.).

2. Поширеність професії (типові для даної професії установи, підприємства, організації).

3. Предмет праці в професії – об'єкти навколишньої дійсності, на які впливає людина в ході праці (матеріальні або ідеальні предмети – культура, інформація, індивідуальна або суспільна свідомість людей, природні (натуральні) предмети й штучні, створені людиною).

4. Професійні знання як сукупність відомостей про зміст праці у професії.

5. Діяльність, дії, прийоми, уміння, способи роботи, технології, техніка, що застосовуються в даній професії для успішного досягнення результату.

6. Засоби праці – об’єкти навколишньої дійсності (матеріальні й ідеальні), які людина використовує для впливу на предмет праці при реалізації своїх цілей, для отримання потрібного продукту праці. До засобів праці належать реальні інструменти, прилади, комп’ютери, оргтехніка, а також знакові засоби й системи.

7. Умови праці: режим праці й відпочинку, можливість їх варіювання; характеристика соціального оточення; санітарно-гігієнічні чинники праці; інтенсивність, темп праці й тривалість навантаження; робоче місце.

8. Організація та кооперація праці: форми індивідуальної, сумісної, групової діяльності, що переважають у даній професії; види професійного спілкування й позиції в ньому, обмін засобами та продуктами праці між його учасниками; норми виконання й терміни; субординація та ієрархія підпорядкування, соціальний статус і посади в рамках професії.

9. Продукт праці (або його результат) – ті якісні й кількісні зміни, які людина привносить у предмет праці; критерії оцінки результату праці, ступінь відповідності результату праці, його регламентація (від виконавчої праці до творчої).

10. Можливі рівні професіоналізму й кваліфікаційні розряди в даній професії, категорії та їх оплата [267, с. 99].

Ми згодні з В. А. Семиченко, яка стверджує, що складання професіограми є початковим етапом проектування професійної підготовки майбутнього фахівця. На її думку, професіограма – це узагальнюючий опис змісту й структури діяльності, «відірваний» від конкретних умов реалізації цієї діяльності [432, с. 124]. Проте дослідниця зауважує, що зміст професіограми, ієрархія професійно значущих компонентів і внутрішні смислові акценти завжди несуть на собі відбиток суб’єктивізму дослідника, тому потребують участі не тільки роботодавців, а й педагогів, психологів та ін. [432, с. 124].

Враховуючи вищевказане, ми поділяємо думку В. А. Семиченко, яка розглядає професіограму як узагальнюючий опис професійних функцій, що виконуються фахівцем відповідного профілю, на основі яких складається остаточний перелік організаційних, психологічних, фізіологічних і фізичних вимог до виконавця; конкретизує найважливіший, обов’язковий склад професійної діяльності, визначає базові якості професіонала [432, с. 124].

У процесі нашого дослідження розглянемо сутність поняття «модель фахівця». Як вважає В. А. Семиченко, розробка моделі фахівця є наступним етапом відбору змісту професійної підготовки та результатом переведення компонентів професіограми в так звану модель фахівця, тобто той узагальнений перелік якостей, що обумовлює професіоналізм у відповідній сфері людської діяльності. Адже заклад вищої освіти, на думку дослідниці, «має справу не з абстрактними видами діяльності, а з конкретними індивідами, розвиток яких повинен бути співвіднесений з певними еталонами». Тобто модель фахівця є еталоном, співставлення з яким, дозволяє виявити ступінь наближення окремих осіб до бажаного рівня професіоналізму [432, с. 125].

Аналіз психолого-педагогічної літератури свідчить про те, що в поняття «модель фахівця» вчені вкладають різний зміст. Так, В. О. Зінченко вважає, що різноманітність думок науковців про визначення моделі фахівця, її змісту, структури та елементи можна поділити на дві групи [204, с. 85]. Перша група вчених розглядає модель фахівця, як модель його діяльності (соціальне замовлення) (В. Є. Анісімов, Н. С. Пантіна [21, с. 105], О. А. Смирнова [457, с.120] та ін.). Друга група дослідників розглядає модель фахівця, як модель його професійної підготовки (як результат професійної освіти, кваліфікації).

На рис. 1.2 подано варіанти тлумачення поняття «модель фахівця».

Як зазначає О. Смирнова, модель фахівця (як модель його діяльності) є описовим аналогом діяльності, де у формалізованих конструкціях та аналітичних інтерпретованих текстах відображено її важливі характеристики; це вихідний документ для пошуку викладачами необхідних елементів технології підготовки фахівців [457, с. 116-124]. На її думку, саме сутність діяльності фахівця повинна служити підґрунтям для перебудови навчально-виховного процесу [457, с. 116- 124].

Для застосування моделі діяльності в навчальному процесі О. Смирнова вказує на необхідність виокремлення таких структурних компонентів цієї діяльності, як: проблеми, що вирішує фахівець на практиці; знання, які він застосовує; типи діяльності, види робіт і функції, які здійснює фахівець у виробничому процесі; вміння й навички, необхідні для роботи [457, с. 116-124].

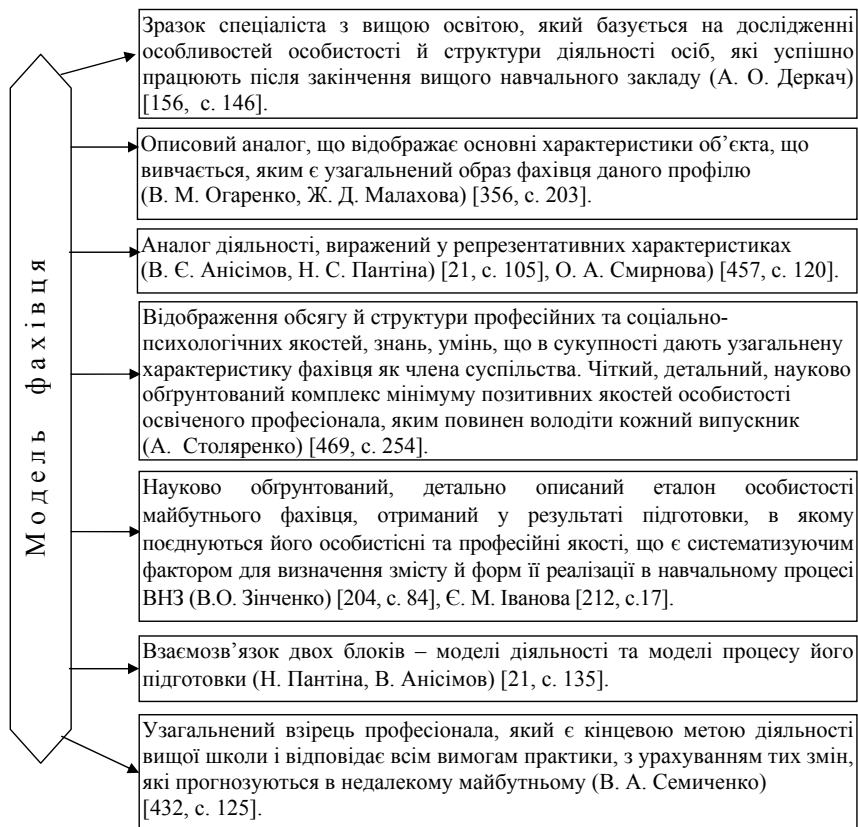


Рис. 1.2. Варіанти тлумачення поняття «модель фахівця»

Певний інтерес, на нашу думку, мають розробки Г. Матушанського та О. Фролова, які вказують, що модель діяльності, професіограма, психограма та кваліфікаційна характеристика входять до моделі професійної діяльності, а модель підготовки фахівців складається з мінімальної освітньої програми та державного освітнього стандарту [325, с. 93]. Разом з тим, учені зазначають, що психограма та професіограма необхідні на початкових етапах розробки моделі професійної підготовки фахівців, а модель діяльності – на кінцевих її етапах [325, с. 93].

Як вважають В. М. Огаренко та Ж. Д. Малахова, модель фахівця може включати такі компоненти: професіограму (опис психологічних вимог професії до діяльності та особистості людини); професійно-

посадові вимоги (опис конкретного змісту діяльності спеціаліста, його професійних завдань в умовах конкретної посади – наданому робочому місці; знання, вміння, навички та відповідні компетенції, кваліфікаційний профіль (поєднання необхідних видів професійної діяльності і ступеня їх кваліфікації, кваліфікаційні розряди) [356, с. 178].

Останнім часом, як зауважує В. О. Зінченко, сформувалася тенденція до переходу від кваліфікаційної моделі спеціаліста-випускника до компетентнісної, у якій цілі освіти пов'язуються не тільки з виконанням конкретних фахових функцій, але й з інтегрованими вимогами до результату освітнього процесу [204, с. 90].

Відповідно до компетентнісної парадигми змісту освіти, О. С. Пономарьов визначає поняття «модель фахівця» як «сукупність вимог до рівня професійної і соціальної компетенцій, що дає змогу успішного виконання функцій, які складають структуру професійної діяльності; до професійних і соціально значимих особистісних рис і якостей фахівця; до його загальної і професійної культури; до навичок міжособистісного ділового спілкування; до моральних принципів і переконань та їх прояву у вчинках; до рівня креативності, розвитку інноваційного характеру мислення і психологічної спрямованості на постійне самонавчання, самовиховання і самовдосконалення» [380, с. 10].

М. С. Головань під моделлю випускника розуміє «наукову основу результату й процесу вузівської підготовки, виражену системною якістю – компетентністю, що забезпечує готовність і здатність випускників до успішної (продуктивної) діяльності в професійній і соціальній сферах, змістовно поданої складом (структурою) загальних і професійних компетенцій» [138, с. 48]. Дане визначення ми й будемо застосовувати в нашій науковій роботі.

Розглянемо сутність понять «підготовка» та «професійна підготовка».

Аналіз словникових статей, наукових робіт, дисертаційних досліджень та монографій свідчить про відсутність єдиної думки вчених щодо розуміння сутності поняття «підготовка». Воно розглядається з двох позицій: 1) як процес; 2) як результат. Так, у першому значенні поняття «підготовка» розглядається як запас знань, навичок і досвід, набутий у процесі навчання, практичної діяльності («Великий тлумачний словник сучасної української мови») [109, с. 653]; як загальний термін, що

стосується прикладних завдань освіти, коли передбачається засвоєння певного соціального досвіду з метою його подальшого застосування під час виконання специфічних завдань практичного, пізнавального чи навчального характеру («Енциклопедія професійної освіти») [537, с. 289]; як сукупність засобів і методів, а також порядок їх використання в навчанні (О. В. Котова) [265, с. 161]; як формування та збагачення настанов, знань та вмінь, які необхідні індивіду для адекватного виконання специфічних завдань (В. А. Мижериков) [330, с. 40].

З другої позиції поняття «підготовка» тлумачать як наявність компетенцій, знань, вмінь та навичок, необхідних для успішного виконання певної сукупності завдань («Енциклопедія професійної освіти») [537, с. 383]; як результат навчання та процес набуття необхідних знань для чогось та сукупність попередніх дій, які полегшують реалізацію подальших дій чи процесів («Тлумачний словник російської мови С. І. Ожегова») [358, с. 504]; як формування готовності майбутніх фахівців до професійної діяльності (Г. В. Троцько) [491, с. 9].

Як видно з таблиці 1.2, у науковій літературі поняття «професійна підготовка» тлумачиться неоднозначно. Перша група вчених розглядає професійну підготовку, як результат, який представлений знаннями, вміннями та навичками з певної професії; як формування особистості фахівця. Друга група дослідників підкреслює процесуальну сутність поняття. Третя група науковців розглядає поняття «професійна підготовка» як систему.

Як вважає О. Ю. Фіненко, поняття «професійна підготовка» в широкому сенсі визначається як будь-який вид роботи, пов'язаний з навчанням, що включає в себе як навчання в спеціалізованих школах і технікумах, навчальних центрах або інститутах, так і на робочому місці або поза роботою [508, с. 239]. Дослідник вказує, що професійна підготовка – це комбінація первинної підготовки, загальної освіти та неперервної освіти, пов'язаної з досвідом і культурною діяльністю, яка допомагає молодій людині вийти на ринок праці та скласти конкуренцію з іншими категоріями населення [508, с. 239]. Для нас важливо те, що О. Ю. Фіненко розглядає систему професійної підготовки кадрів в Україні з позицій п'яти елементів функціонування: людина, роботодавець, міжнародні інституції, держава та освітні інституції [508, с. 241].

Таблиця 1.2

Визначення поняття «професійна підготовка»

Визначення поняття, автор, джерело	
Як результат	Складне структурне і динамічне утворення, центральним ядром якого є позитивні установки, мотиви, цінності професії, професійно важливі якості особистості, здібності, сукупність професійних знань, умінь і навичок, певний досвід використання їх на практиці (О. М. Лугова) [308, с. 68].
Як процес	Професійна (спеціальна) освіта, основний шлях отримання якої є самоосвіта або навчання в професійно-технічних закладах, середніх спеціальних навчальних закладах або вищих навчальних закладах (С. А. Боровикова) [69, с. 20].
	Сукупність спеціальних знань, умінь і навичок, якостей трудового досвіду і норм поведінки, що забезпечують можливість успішної роботи з визначеної професії; як процес засвоєння учнем відповідних знань та умінь («Педагогічна енциклопедія») [369, с. 390].
	Процес опанування знаннями, уміннями та навичками, що дозволяють виконувати роботу в певній галузі («Психолого-педагогічний словник») [330, с. 456].
	Процес, який відображає науково й методично обґрунтовані заходи вищих навчальних закладів, спрямованих на формування протягом терміну навчання рівня професійної компетентності особистості, достатнього для організації фізичного виховання різних верств населення регіону й успішної праці в усіх ланках спортивного руху з урахуванням сучасних вимог ринку праці (Л. П. Сущенко) [477, с. 15].
	Процес повідомлення відповідних знань та формування тих, хто навчається, відповідних умінь і навичок (Ю. О. Дорошенко) [168].
	Керований навчально-виховний процес, який спрямований на оволодіння освітньо-кваліфікаційними характеристиками певної спеціальності відповідного рівня (М. В. Кулакова) [289, с. 17].
	Процес формування сукупності фахових знань, умінь і навичок, атрибутів, трудового досвіду й норм поведінки, що забезпечують можливість успішної професійної діяльності (Н. Г. Ничкало) [349, с. 56].
	Підготовка, яка орієнтована на розвиток навиків, набуття знань та установок, необхідних для роботи за конкретною спеціальністю або групою спеціальностей в тій чи іншій галузі економічної діяльності («Тезаурус ЮНЕСКО») [483].
Динамічний, безперервний педагогічний процес, який в єдності реалізує навчальну, виховну та розвиваючу функції та стосується не тільки аспектів професійної освіти, але й перетворення особистості майбутнього фахівця (М. В. Кочерова) [266, с. 150].	

	Здобуття кваліфікації за відповідним напрямом підготовки або спеціальністю (Закон України «Про Вищу освіту») [191].
Як система	Система організаційних і педагогічних заходів, що забезпечують формування в особистості професійної спрямованості знань, умінь та навичок і готовності до професійної діяльності (Е. Г. Азімов) [4, с. 234].
	Система, яка характеризується взаємозв'язком та взаємодією структурних та функціональних компонентів, сукупність яких визначає особливість, своєрідність, що забезпечує формування особистості студента відповідно до поставленої мети – вийти на якісно новий рівень готовності студентів до професійної діяльності (Г. В. Троцько) [491, с. 3].
	Система професійного навчання, метою якого є прискорене набуття тими, хто навчається, навичок, необхідних для виконання певної роботи або ж групи робіт («Педагогічний енциклопедичний словник») [370, с. 298].
	Складна психолого-педагогічна система із специфічним змістом, наявністю структурних елементів, формами ставлень, особливостями навчального процесу, специфічного для даного фаху знаннями, вміннями та навичками (О. Б. Павлік) [366, с. 4].

Доповнюючи цю тезу, І. М. Друзь в основі підготовки студентів до майбутньої діяльності вбачає положення інтеграції науки, освіти й виробництва, моніторингу ринку праці та взаємодії з потенційними роботодавцями [171, с. 70].

Для найбільш ґрунтовного з'ясування семантики поняття «професійна підготовка» розглянемо його завдання, компоненти, характерні ознаки та результат.

У науковій літературі пропонуються різні варіанти завдань професійної підготовки. Так, результатом професійної підготовки, на думку А. І. Чучаліна, є професійна компетентність та професійне становлення спеціаліста [525, с. 88].

В. А. Семиченко стверджує, що система професійної підготовки (або професійної освіти) одночасно має забезпечити й виконання певного державного замовлення на фахівців (тобто діяльність є зорієнтованою) і стати певним етапом і засобом життєвого самовизначення особистості (тобто є особистісно значущою) [432, с. 122]. При цьому, як вважає О. А. Ігнатюк, підготовка фахівця повинна мати проблемну спрямованість, що полягає у вмінні передбачати, бути підготовленим до будь-яких змін, доносити свої ідеї до інших [227, с. 62].

М. С. Головань вважає, що зміст професійної освіти повинен відбивати компоненти професійної підготовки, до яких належать професійно-пізнавальна підготовка, професійно-практична підготовка, професійний розвиток, професійне виховання, загальне виховання і розвиток особистості. Структура й сутність компонентів змісту професійної діяльності фахівця визначають структуру і сутність компонентів моделі фахівця, які, у свою чергу, визначають структуру та сутність компонентів змісту професійної підготовки майбутнього фахівця [139, с. 204].

В. В. Краєвський розглядає професійну підготовку на різних рівнях: на рівні теоретичного подання, на рівні навчального предмета, на рівні навчального матеріалу та на особистісному [270, с. 46]. На рівні теоретичного подання, на думку вченого, формується методологічний задум, здійснюється ретельне філософське, соціальне, психолого-педагогічне обґрунтування. Важливе значення при цьому надається визначенню цінності професійної освіти, її цілям, функціям, цінностям змісту професійної освіти, моделюванню професійної діяльності спеціалістів [270, с. 46]. На рівні навчального предмета обґрунтовується функціональне значення, роль і місце кожної з навчальних дисциплін у системі змісту професійної освіти, визначається її значення, виявляється склад та структура основних елементів змісту дисципліни з урахуванням цінності конкретної професії, її предмету, об'єктів, системи професійних завдань, змісту, структури і технології діяльності, об'єктивних професійно-особистісних потреб і освітніх можливостей тих, хто навчається [270, с. 46]. На рівні навчального матеріалу, призначеного для засвоєння, вказуються конкретні професійні компетенції, які повинні бути сформовані в цьому навчальному предметі [270, с. 47]. На суб'єктивно-особистісному рівні здійснюється професійно-особистісна рефлексія, проектування власних освітніх маршрутів – індивідуальних освітніх програм самими студентами. На цьому рівні відбувається трансформація загального змісту професійної освіти у його суб'єктивно-особистісний зміст [270, с. 47].

На думку В. Б. Коновалової, «система професійної підготовки повинна забезпечити багатоаспектну готовність майбутнього фахівця» [256, с. 38]. Дослідниця вважає, що «поетапне становлення різнопланової готовності забезпечить індивідуально-орієнтований підхід

до кожного студента як унікальної особистості, цілеспрямовано й послідовно розкриваючи в ньому всі сильні особистісні й професійні сторони, допомагаючи пом'якшити або компенсувати слабкі» [256, с. 38].

О. Б. Павлік вказує, що у загальному вигляді компоненти професійної підготовки розглядаються як: 1) професійні знання: спеціальні, методичні, психолого-педагогічні; 2) професійні вміння: дидактичні, організаційні, конструктивні, прогностичні та комунікативні; 3) професійні якості особистості: цінності, здібності та риси характеру [366, с. 4].

О. В. Тимошенко зазначає, що професійна підготовка фахівця передбачає проектування навчально-виховної системи, складання навчально-програмної документації, кваліфікаційних характеристик, навчальних планів, програм і підручників; наукову організацію педагогічної праці професорсько-викладацького складу; управління науково-дослідною роботою тощо [486, с. 9].

Отже, у нашому дослідженні ми розглядаємо професійну підготовку з системних позицій та пропонуємо наступне визначення. Професійна підготовка – це педагогічна система, яка спроектована на основі моніторингу ринку праці, інтеграції науки, освіти й виробництва, забезпечує формування професійної компетентності та професійно важливих якостей особистості та здійснюється в закладах професійно-технічної, вищої освіти та на факультетах підвищення кваліфікації.

Для детального огляду проблемного поля дослідження, вважаємо за необхідне розкрити тлумачення понять «професійні компетенції» та «професійна компетентність».

На думку С. А. Хазової, у науковій літературі досі спостерігається неоднозначність понять «компетенція» і «компетентність»: від їх синонімічного використання до взаємозаміни [511, с. 52].

Розглянемо сутність поняття «компетенції» (рис. 1.3).

Слід вказати на те, що компетенції описуються у категоріях знань, вмінь, здатностей, характеристик особистості та повноважень.

Спираючись на роботу В. М. Байденка, І. Ю. Карпюк зазначає, що в Німеччині під професійними компетенціями розуміють оволодіння знаннями, уміннями і здатностями, необхідними для роботи за спеціальністю, а також володіння автономністю й гнучкістю при вирішенні професійних проблем, розвинутим співробітництвом з

колегами в професійному міжособистісному середовищі. У Швеції професійні компетенції розглядають як інтегроване поєднання знань, здатностей і установок, які дозволяють людині виконувати трудову діяльність у сучасному трудовому середовищі [239, с. 174].

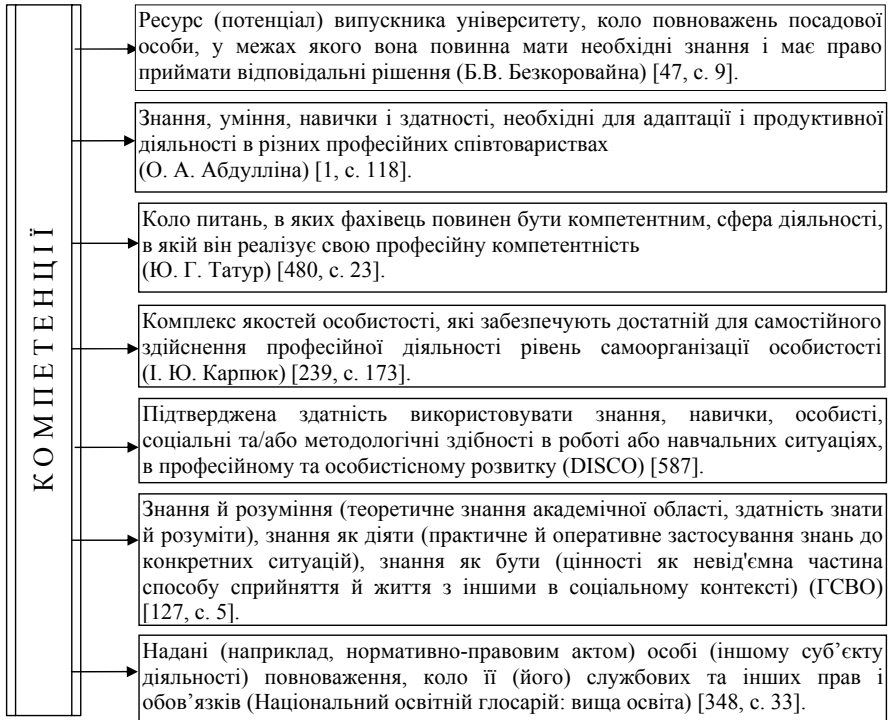


Рис. 1.3. Варіанти тлумачення поняття «компетенції»

В Іспанії професійні компетенції виходять за рамки професійної тріади: «знання – вміння – навички» – та трактуються як ефективне застосування здатностей, що дозволяють плідно здійснювати професійну діяльність згідно з вимогами робочого місця. Включають неформальні й інформальні знання і ноу-хау (поведінка; аналіз факторів; прийняття рішень; робота з інформацією тощо). У Великій Британії компетенції використовують як конструктори проектування стандартів, які є

елементами компетенції (критеріями діяльності або мірою якості; сферою застосування; необхідними знаннями) [239, с. 174].

У комплексі нормативних документів для розробки складових системи галузевих стандартів вищої освіти зазначено, що відповідність якості підготовки випускника вимогам галузевого стандарту вищої освіти має визначатися такими його компетенціями: соціально-особистісними, загальнонауковими, інструментальними та професійними. У свою чергу професійні компетенції поділяють на загально-професійні та спеціалізовано-професійні [127, с. 5-8].

О. А. Абдулліна поділяє професійну компетенцію на предметно-професійну й соціально-професійну. Цей підхід ґрунтується на розумінні, що будь-яка професія має дві сторони – особистісну та суспільно-виробничу [1, с. 115-124].

В «Енциклопедії професійної освіти» професійні компетенції структуруються таким чином: професійні якості робітника (професійні знання, вміння, навички як досвід діяльності), соціально-комунікативні здатності; індивідуальні якості, які забезпечують самостійність професійної діяльності [537, с. 435].

С. О. Альошина із співавторами, аналізуючи зміст «Європейського словника навичок і компетенцій» (DISCO), зазначають, що методологія представлення компетенцій визначається наступним чином:

1) знання (knowledge) – результат засвоєння (асиміляції) інформації через навчання, який визначається набором фактів, принципів, теорій і практик у відповідній галузі робочої або навчальної діяльності. У контексті Європейської структури кваліфікацій знання описуються як теоретичні та / або фактичні. Теоретичні знання – це знання про те, «що, де, коли і як може бути», а фактичні – це знання про те, «що, де, коли і як вже траплялося». Знання – систематизоване розуміння фактів, принципів, теорій і практик, які пов'язані зі сферою роботи або навчання;

2) навички (skills) – здатність застосовувати знання та використовувати ноу-хау для виконання завдань і вирішення проблем. У контексті Європейської структури кваліфікацій (EQF), навички описуються як когнітивні (пов'язані з використанням логіки, інтуїції і творчого мислення) або практичні (за участю спритності рук і використання методів, матеріалів, інструментів і приладів). При цьому

компетенція описується в термінах «відповідальність» та «самостійність» [11, с. 10-11].

У «Довіднику користувача ESTS 2015» поняття «компетенції» та «вміння» є синонімічними. У документі вказано, що в контексті європейської рамки кваліфікацій, вміння (компетенція) описується термінами «відповідальність» та «автономність». Вміння (компетенції) можуть бути загальними й предметно-визначеними. Сприяння розвитку вмінь (компетенцій) є об'єктом процесу навчання та освітньої програми [163].

Ми переконані в тому, що поняття «компетенції» слід розуміти в контексті, поданому в «Національному освітньому глосарії: вища освіта» [348, с. 33]. У цьому документі компетенції тлумачиться як надані (наприклад, нормативно-правовим актом) особі (іншому суб'єкту діяльності) повноваження, коло її (його) службових та інших прав і обов'язків [348, с. 33]. З такої точки зору стає зрозумілим, що особа в межах своєї компетенції може бути компетентною або некомпетентною.

За логікою дослідження постає необхідність проаналізувати сутність понять «компетентність» та «професійна компетентність».

У нашому дослідженні ми будемо базуватися на визначенні запропонованого авторами «Методичних рекомендацій з розроблення складових галузевих стандартів вищої освіти», у яких поняття «компетентність» визначається як «інтегрована характеристика якостей особистості, результат підготовки випускника вузу до виконання діяльності в певних професійних та соціально-особистісних предметних областях (компетенціях), який визначається необхідним обсягом і рівнем знань та досвіду в певному виді діяльності» [329, с. 11].

За умов неоднозначності трактування розглянутого терміна, Ф. І. Собянін зауважує, що відкритим залишається питання визначення рівня підготовленості фахівця в межах його компетентності [458, с. 69]. На думку вченого, є незрозумілим: чи фахівець теоретично знає свої обов'язки, або він готовий і теоретично, і практично виконувати функції у своїй професії, або він просто знає коло своїх обов'язків відповідно до своєї посади? [458, с. 69]. На жаль, в умовах жорсткої конкуренції на ринку праці така трактовка фахівця не відповідає вимогам роботодавців. Тому звертає на себе увагу широка представленість у різних видах компетентності категорій ««професійна готовність», «здатність»,

«професіоналізм», а також фіксація таких психологічних якостей, як відповідальність, упевненість та конкурентноспроможність [458, с. 69].

За результатами аналізу наукової літератури нами були виокремлені такі групи тлумачень поняття «професійна компетентність».

1. Знання, поінформованість, досвід, авторитетність у будь-якій галузі («Тлумачний словник російської мови С. І. Ожегова») [358]; («Сучасний економічний словник») [391]; («Словник синонімів російської мови») [454, с. 318]; («Новітній словник іноземних слів і висловів») [351, с. 114]; (Т. В. Мала) [318, с. 99]; сукупність професійних знань, умінь, а також способи виконання професійної діяльності (Н. Б. Іванцова) [226, с. 24].

2. Рівень освіченості, що характеризується здатністю вирішувати завдання в різних сферах життєдіяльності на базі теоретичних знань («Тлумачний словник з інформаційно-педагогічних технологій») [487].

3. Здатність вирішувати професійні завдання певного визначеного класу, що вимагає наявності реальних знань, вмінь, навичок і досвіду (І. А. Зязюн) [208, с. 12]; здатність працівника кваліфіковано виконувати певні види робіт з конкретної професії, домагаючись високих кількісних і якісних результатів праці на основі наявних у нього професійних знань, вмінь і навичок (Л. В. Безкоровайна) [47, с. 7].

4. Упевненість та рівень професіоналізму (Т. Е. Круглова) [275, с. 220].

5. Коло повноважень будь-якого органу або особи («Словник іноземних мов») [453, с. 247]; коло питань, у яких дана особа має пізнання, досвід («Сучасний словник іноземних слів») [280, с. 156].

6. Інтегративна системна якість, яка характеризує потенційні можливості особистості (знання, вміння, досвід), рівень і динаміку їх розгортання в актуальній сфері, готовність розробляти професійні дії і реалізовувати їх на практиці (І. Ю. Карпюк) [239, с. 173]; сукупність якостей особистості, професійно важливі знання, вміння та навички, мотивація і досвід професійної діяльності, інтеграція яких забезпечує ефективну професійну діяльність (Ю. Г. Татур) [480, с. 25]; інтегральна характеристика ділових, особистісних якостей фахівця, рівень знань та вмінь, достатній для досягнення мети даного виду діяльності («Енциклопедія професійної освіти») [537, с. 383]; інтегральна професійно-особистісна характеристика, яка визначає готовність і

здатність виконувати функції відповідно до прийнятих у соціумі норм, стандартів і вимог (І. О. Колеснікова) [251, с. 3]; системна характеристика особистості, яка динамічно розвивається (сукупність здібностей, знань, вмій, ділових і особистісних якостей), що показує володіння сучасними технологіями і методами вирішення професійних завдань різного рівня складності й дозволяє здійснювати професійну діяльність з високою продуктивністю (Н. В. Кузьміна) [283, с. 128]; інтегрована особистісно-діяльнісна категорія, яка формується під час навчання в результаті поєднання початкового особистого досвіду, знань, умій, навичок, особистісних цінностей та здатності їх застосування в процесі продуктивної діяльності стосовно кола предметів і процесів певної галузі людської діяльності» (О. С. Заблоцька) [188, с. 55].

7. Якість дій працівника, що забезпечують адекватне та ефективне вирішення професійно-важливих предметних завдань, що мають проблемний характер, а також готовність нести відповідальність за свої дії («Довідник кваліфікаційних характеристик професій працівників») [164].

8. Ступінь привласнення компетенції, актуальний вияв компетенції в діяльності, тобто володіння людиною відповідною компетенцією, включаючи її особистісне ставлення до неї. При цьому компетентність характеризує оволодіння особистістю не одною, а декількома компетенціями (С. А. Хазова) [511, с. 53].

9. Психічний стан, що дозволяє діяти самостійно, та відповідальне володіння людиною здатністю та вмінням виконувати певні трудові функції, що полягають у результатах праці людини (А. К. Маркова) [324, с. 8].

10. Динамічна комбінація знань, вмій і практичних навичок, професійних, світоглядних і громадянських якостей, морально-етичних цінностей, яка визначає здатність особи успішно здійснювати професійну та подальшу навчальну діяльність і є результатом навчання на певному рівні вищої освіти (Закон України «Про вищу освіту») [191].

С. А. Хазова визначає поняття «професійна компетентність» як компонент конкурентоспроможності [511, с. 18]. Дослідниця тлумачить поняття «конкурентоспроможність» як інтегративну характеристику особистості фахівця, що забезпечує йому більш високий професійний статус, рейтингову позицію на відповідному галузевому ринку праці, стійкий попит на його послуги [511, с. 18].

Закономірно, що професійна підготовка змістовно пов'язана результатами навчання. Слід зазначити, що тлумачення такого типового терміна для педагогіки як «результати навчання» має неоднозначний характер. Так, у Законі України «Про вищу освіту» (2017) вказується, що результати навчання – це «знання, вміння, навички, способи мислення, погляди, цінності та інші особисті якості, які можна ідентифікувати, спланувати, оцінити і виміряти та які особа здатна продемонструвати після завершення освітньої програми або окремих освітніх компонентів» [191].

У «Національному освітньому глосарії: вища освіта» результати навчання розглядаються як «сукупність компетентностей, що виражають знання, розуміння, вміння, цінності та інші особисті якості, які набув студент після завершення освітньої програми або її окремого компонента» [348].

Згідно з методологією Тюнінга, яка детально аналізується в Методичних рекомендаціях щодо розроблення освітніх програм за редакцією В. Г. Кременя, результати навчання – це формулювання того, що, як очікується, повинен знати, розуміти, бути здатним продемонструвати студент після завершення навчання. Також, у документі зазначено, що результати навчання сформульовано в термінах компетентностей [399, с. 7].

Як вказують В. М. Захарченко, В. І. Луговий, Ю. М. Рашкевич і Ж. В. Таланова, «не може бути жодного протиставлення результатів навчання та компетентностей, адже між ними є глибока діалектична єдність: сукупність результатів навчання в їх динамічному поєднанні приводить до набуття особами, які навчаються, відповідних компетентностей, а з іншого боку – оволодіння певною компетентністю вимагає засвоєння конкретних знань, умінь, навичок, тобто – результатів навчання». Незважаючи на очевидну близькість цих категорій (в основі обох є знання, розуміння, навички, здатності), методологія Тюнінга чітко їх розділяє та визначає основну відмінність між результатами навчання та компетентностями в тому, що перші формулюються викладачами на рівні освітньої програми, а також на рівні окремої дисципліни, а компетентності набуваються особами, які навчаються. Крім того, на відміну від компетентностей, вони повинні бути чітко вимірюваними. Ще однією особливістю компетентностей є те, що вони набуваються поступово,

формується цілою низкою навчальних дисциплін або модулів на різних етапах даної програми і навіть можуть починати формуватися в рамках програми одного рівня вищої освіти, а закінчувати формування на іншому, вищому рівні [399, с. 8-12].

У зв'язку з цим, важливою постає проблема класифікації результатів навчання за рівнем складності.

Ю. М. Рашкевич, аналізуючи аспекти нової парадигми вищої освіти, виокремлює так звану таксономію Б. Блума, розроблену й опубліковану в 1956 році американським педагогом-дослідником Бенджаміном Блумом (Benjamin Bloom) [393, с. 20-25]. Відповідно до рівнів мислення, які визначають цілі (результати) навчання, Б. Блум поділив усі цілі навчання на три сфери (домени, групи): когнітивну, афективну та психомоторну. Надалі в рамках кожної сфери він виділив послідовні рівні складності та сформулював словники дієслів, які відповідають кожному рівню. Незважаючи на те, що на початку 2000-х років оприлюднено низку публікацій, які розвинули таксономію Б. Блума, як вважає Ю. М. Рашкевич, його оригінальні пропозиції все ще є основою для класифікації та формулювання результатів навчання насамперед у когнітивній сфері, але також придатні для формулювання навчальних цілей в афективній та психомоторній сферах [393, с. 20-25].

Узагальнюючи все вищевказане, у подальшому ми будемо застосовувати поняття «результати навчання» у варіанті, запропонованому в Законі «Про вищу освіту» – це знання, уміння, навички, способи мислення, погляди, цінності, інші особисті якості, які можна ідентифікувати, спланувати, оцінити і виміряти та які особа здатна продемонструвати після завершення освітньої програми або окремих освітніх компонентів.

Розкриємо сутність поняття «готовність».

Значний масив даних щодо дефініції «готовність», на нашу думку, можна розділити на декілька груп. З позицій першої групи, поняття «готовність» розглядається як категорія психічного стану. Так, Н. М. Терещенко тлумачить поняття «готовність» як «особливий психічний стан, попередня умова здійснення будь-якої діяльності» [485, с. 11]; за С. Виговською – це «психічний стан, що виникає в суб'єкта для задоволення будь-якої потреби і визначається як така існуюча ознака установки, що спостерігається в усіх випадках поведінкової активності

суб'єкта» [111, с. 46]. Г. В. Бесарабчук розглядає готовність як «умову успішного виконання діяльності, як виборчу прогножуючу активність, що налаштовує організм, особистість на майбутню діяльність» [51, с. 10]; О. В. Антоненко – як «психічний, активно-дієвий стан особистості, систему інтегрованих властивостей» [26, с. 79]; О. М. Лугова – як «психічний стан, що визначається внутрішнім настроєм на певну поведінку, установкою на активні й цілеспрямовані дії в роботі [308, с. 68].

З позицій другої групи, поняття «готовність» визначається категорією властивостей особистості. Так, на думку Л. В. Кондрашової, готовність є інтегративним особистісним утворенням, яке охоплює ідейно-моральні та професійно-педагогічні погляди і переконання, професійну спрямованість психічних процесів, самовладання, педагогічний оптимізм, налаштованість на професійну працю, здатність до подолання труднощів, самооцінку результатів цієї праці, потребу в професійному самовихованні [255, с. 13]. О. В. Царькова вказує, що готовність – інтегральна якість особистості, яке характеризується певним рівнем її розвитку й визначає можливість особистості брати участь у будь-якому процесі [519, с. 12]. Л. В. Безкоровайна обмежує готовність колом індивідуально-психологічних властивостей особистості, залишаючи за його межами знання, вміння та навички. На думку дослідниці, «людина може бути добре технічно підготовленою й освіченою, але не здатною до будь-якої діяльності» [47, с. 8].

У контексті третьої групи, поняття «готовність» розглядається як інтегративне новоутворення особистості. Так, О. М. Аллін тлумачить поняття «готовність до професійної діяльності» як інтегральний стан, що виявляється в оптимальному поєднанні морально-мотиваційного, інтелектуально-операційного та психофізичного рівнів організації особистості відповідно з вимогами тієї чи іншої діяльності [12, с. 12]. З цим згодна О. М. Лугова, яка розглядає поняття «готовність до професійної діяльності як розвинуту систему переконань, поглядів, відношень, мотивів, вольових та інтелектуальних якостей, знань, навичок, вмінь, установок, налагодженості на певну поведінку [308, с. 69].

При цьому В. В. Серіков вказує на різні види готовності, визначені науковцями. На його думку, розрізняють тимчасову (ситуативну) й довгострокову (стійку) готовність; функціональну та особистісну;

психологічну та практичну; загальну і спеціальну; готовність до розумової та фізичної діяльності [440, с. 11].

В. А. Фатєєв трактує поняття «готовність» як складне, цілісне особистісне утворення, до складу якого входять морально-вольові якості особистості, соціально значущі мотиви, практичні уміння та навички, знання про певну сферу діяльності [499, с. 63].

С. Виговська визначає поняття «готовність» як синтез якостей особистості; її цілеспрямоване вираження, включаючи й переконання, погляди, мотиви, почуття, вольові та інтелектуальні риси, знання, вміння, навички, досвід, налаштованість на певну поведінку; якість особистості, що інтегрує раніше засвоєні установки, характеристики і мотиви діяльності» [111, с. 46].

М. Р. Гінзбург розглядає готовність як різновид загальної готовності людини до діяльності в цілому, який ділиться на групу суб'єктивних чинників (бажання вчитися і займатися даним видом діяльності) та об'єктивних (рівень розвитку пізнавальних і сенсомоторних здібностей, сформованості відповідних знань, умінь та навичок) [130, с. 18].

Н. Л. Ємельянова також визначає готовність як «уміння виконувати певні операції і творчо підходити до їх виконання; особливий психічний стан особистості, наявність у неї моделі щодо структури відповідної дії та спрямованості свідомості на її виконання; цілеспрямований вираз особистості, що обіймає установку, погляди, переконання, систему відношень, мотивацію, емоційно-вольові та розумові якості, професійну компетентність, навички та уміння її практичного втілення» [182, с. 8].

С. А. Бондаренко визначає поняття «професійна готовність» як складне психолого-педагогічне явище, що поєднує взаємопов'язані психологічні особливості та моральні якості особистості, соціально-ціннісні мотиви вибору професії, способи поведінки, спеціальні професійні знання, вміння та навички, що забезпечують фахівцю можливість трудитися в обраній ним професійній сфері [67, с. 56].

Ю. Т. Русаков виділяє такі функції готовності до професійної діяльності:

– гностичну, яка забезпечує якісну освітню підготовку студентів. Ця функція виявляється в практичному умінні студента використовувати знання у ході вирішення професійних завдань, оволодінні творчими

способами виконання професійної діяльності, у формуванні комплексу професійних умінь, у прагненні до постійного професійного зростання;

– інтегративну, пов'язану з встановленням процесуального єдності між метою і дією. Ця функція виявляється в здатності фахівця володіти цілісним, системним мисленням, широким кругозором; бути здатним до осмислення життєвих явищ, самостійного пошуку істини, критичного сприйняття суперечливих ідей; самостійних дій в умовах невизначеності;

– прогностичну, яка відображатиме результат діяльності. Ця функція полягає в передбаченні, проектуванні результатів професійної діяльності, оцінці наявних умов, визначенні найбільш ймовірних способів дії; прогнозуванні мотиваційних, вольових, інтелектуальних зусиль, ймовірності досягнення результату. Вона виявляється в здатності до проектної діяльності в професійній сфері, готовності брати на себе відповідальність в критичних ситуаціях, самостійно і ефективно вирішувати свої проблеми;

– ціннісно-орієнтовну, пов'язану з осмисленням значущості професійної діяльності. Ця функція пов'язана з формуванням професійної позиції, як сукупності ціннісних відносин студента до професійної діяльності, до себе як особистості та професіонала. Вона являється в розумінні студентом сутності та соціальної значущості своєї майбутньої професії, у наявності стійкого інтересу до професійної діяльності, у розумінні професійної відповідальності за результати своєї праці, в уявленні про сучасний світ як духовної, культурної, інтелектуальної та екологічної цілісності, в усвідомленні себе і свого місця в суспільстві [406, с. 25].

В окрему групу можна виділити тлумачення поняття «готовність» у співвідношенні з поняттям «професійна компетентність». Так, І. О. Зимня вважає, що готовність є аспектом професійної компетентності [200, с. 24].

Ми згодні з Г. В. Захаровою, яка зазначає, що готовність є актуальною якістю, на відміну від компетентності, яка виступає потенційною якістю особи [198, с. 9].

Нами поняття «готовність» розглядається як фактично досягнутий рівень компетентності, результат професійної підготовки майбутніх фахівців у закладі вищої освіти.

Оскільки наше дослідження присвячено системі вищої освіти, одним з елементів якої, відповідно до Закону «Про вищу освіту» (2017), є

заклади вищої освіти, вважаємо за потрібне з'ясувати сутність поняття «заклад вищої освіти».

Аналізуючи світові тенденції та вимоги Болонського процесу, І. М. Друзь розглядає вищу освіту як процес перетворення засвоєного в навчанні досвіду на особистісно та соціально значущі психічні властивості людини за умов, що знання й цінності визначають світосприйняття, стають переконаннями та формують спрямованість особистості, обсяг знань стає ерудицією та компетентністю, навички й уміння доводяться до майстерності [171, с. 70].

У статті 1 Закону України «Про вищу освіту» (2017) вказано, що вища освіта – це «сукупність систематизованих знань, умінь і практичних навичок, способів мислення, професійних, світоглядних і громадянських якостей, морально-етичних цінностей, інших компетентностей, здобутих у закладі вищої освіти (науковій установі) у відповідній галузі знань за певною кваліфікацією на рівнях вищої освіти, що за складністю є вищими, ніж рівень повної загальної середньої освіти» [191].

У цьому Законі України зазначено, що підготовка фахівців з вищою освітою здійснюється на таких рівнях: «початковий рівень (короткий цикл) вищої освіти; перший (бакалаврський) рівень; другий (магістерський) рівень; третій (освітньо-науковий / творчий) рівень; науковий рівень». Здобуття вищої освіти на кожному рівні передбачає успішне виконання особою відповідної освітньої (освітньо-професійної чи освітньо-наукової) або наукової програми, що є підставою для присудження відповідного ступеня вищої освіти: 1) молодший бакалавр; 2) бакалавр; 3) магістр; 4) доктор філософії; 5) доктор наук» [191].

Окреслюючи завдання вищої школи, В. А. Семиченко вказує, що вони завжди перевищують прагматичні цілі прямого надання професійних знань, умінь, навичок [432, с. 124]. На її думку, зміст підготовки орієнтований на широкий спектр соціальних стосунків, які виникають між індивідом і суспільством, і включає такі якості, як: активна громадянська позиція, гармонійна структура інтересів і потреб, розвиток моральних якостей, високий рівень інтелектуального й культурного розвитку, загальна гуманістична спрямованість особистості, відчуття обов'язку і відповідальності, правова культура та ін. [432, с. 124]. Крім того, вчена додає, що «приріст індивідуального потенціалу кожної особи, яка залучена у вузівський навчальний процес, повинен бути орієнтований не

стільки на поточну діяльність студентів, скільки на віддалену перспективу – самостійну професійну діяльність [432, с. 124].

Характерною ознакою вищої освіти всіх її рівнів за Законом «Про вищу освіту» є наявність дослідницько інноваційного компонента, що впливає із сукупної дії норм кількох статей [191].

З юридичної точки зору, відповідно до Закону України «Про вищу освіту» (2017), заклад вищої освіти – це «окремий вид установи, яка є юридичною особою приватного або публічного права, діє згідно з виданою ліцензією на провадження освітньої діяльності на певних рівнях вищої освіти, проводить наукову, науково-технічну, інноваційну та/або методичну діяльність, забезпечує організацію освітнього процесу і здобуття особами вищої освіти, післядипломної освіти з урахуванням їхніх покликань, інтересів і здібностей» [191].

Статтю 26 Закону України «Про вищу освіту» (2017) до основних завдань закладу вищої освіти віднесено такі: «1) упровадження на високому рівні освітньої діяльності, яка забезпечує здобуття особами вищої освіти відповідного ступеня за обраними ними спеціальностями; 2) для університетів, академій, інститутів – провадження наукової діяльності шляхом проведення наукових досліджень і забезпечення творчої діяльності учасників освітнього процесу, підготовки наукових кадрів вищої кваліфікації і використання отриманих результатів в освітньому процесі; 3) участь у забезпеченні суспільного та економічного розвитку держави через формування людського капіталу; 4) формування особистості шляхом патріотичного, правового, екологічного виховання, утвердження в учасників освітнього процесу моральних цінностей, соціальної активності, громадянської позиції та відповідальності, здорового способу життя, вміння вільно мислити та самоорганізовуватися в сучасних умовах; 5) забезпечення органічного поєднання в освітньому процесі освітньої, наукової та інноваційної діяльності; 6) створення необхідних умов для реалізації учасниками освітнього процесу їхніх здібностей і талантів; 7) збереження та примноження моральних, культурних, наукових цінностей і досягнень суспільства; 8) поширення знань серед населення, підвищення освітнього й культурного рівня громадян; 9) налагодження міжнародних зв'язків та провадження міжнародної діяльності в галузі освіти, науки, спорту, мистецтва і

культури; 10) вивчення попиту на окремі спеціальності на ринку праці» [191].

У статті 10 Закону України «Про вищу освіту» (2017) наголошено на тому, що «заклад вищої освіти на підставі відповідної освітньої програми за кожною спеціальністю розробляє навчальний план, який визначає перелік та обсяг навчальних дисциплін у кредитах ЄКТС, послідовність вивчення дисциплін, форми проведення навчальних занять та їх обсяг, графік навчального процесу, форми поточного й підсумкового контролю. Для конкретизації планування навчального процесу на кожний навчальний рік складається робочий навчальний план, що затверджується керівником вищого навчального закладу. Заклад вищої освіти в межах ліцензованої спеціальності може запроваджувати спеціалізації, перелік яких визначається закладом вищої освіти» [191].

В. Л. Ортинським та іншими науковцями заклад вищої освіти розглядається як педагогічна (освітньо-виховна) система [362, с. 157].

Педагогічна система, як стверджують Н. В. Кузьміна зі співавторами, є сукупністю відносно самостійних елементів, які пов'язані між собою, утворюють стійку єдність та стійкість, володіють інтегральними властивостями та закономірностями, функціонально пов'язаних між собою стратегічною метою – підготовкою студентів до професійної діяльності та суспільного життя [286, с. 10].

З економічної точки зору, заклади вищої освіти є учасником ринку освітніх послуг, який формується. Більш того, на думку А. Н. Крилової, заклад вищої освіти можна розглядати як свого роду підприємство, а процес надання освітньої послуги – як свого роду виробничий процес, за результатами якого студент стає дипломованим спеціалістом, який має змогу реалізовувати знання отримані протягом навчання [279, с. 136].

Разом із тим, В. Л. Ортинський зауважує, що при проектуванні технології навчання в закладах вищої освіти потрібно враховувати попит на ринку праці, який не повинен домінувати, а формувати тільки одну складову освіти – функціональну підготовку випускників, яка повинна мати гнучкий, динамічний характер. Вона повинна бути стабільною у своїй психолого-педагогічній основі та невідчужливою кон'юнктури [362, с. 312].

Водночас, коло завдань закладів вищої освіти не обмежується такими, які наведено у відповідних нормативних документах. Аналіз

сучасних напрацювань, проведених Г. Д. Тюленевим, дозволяє виділити й інші завдання, які в сукупності визначають його роль у суспільстві. До таких завдань належать: підвищення мобільності трудових ресурсів, інтеграція з науковими інститутами та суб'єктами господарської діяльності, поєднання дослідницьких та навчальних функцій, фундаментальних і прикладних наукових досліджень [496, с. 488].

У продовження цієї думки, у «Довіднику користувача європейської кредитно-трансферної системи 2015» зазначено, що в межах Європейського простору вищої освіти та проекту «Гармонізація освітянських структур в Європі» («Tuning Educational Structures in Europe» – TUNING) вищим навчальним закладам (з позицій сьогодення – заклади вищої освіти) слід чітко визначити обов'язки щодо впровадження та моніторингу кредитної мобільності, забезпечити прозорість та справедливість проведення відповідних процедур подання документів і відбору критеріїв для кредитної мобільності, а також забезпечити належний механізм подання [655].

А. В. Ніколаєв пропонує іншу сукупність видів діяльності закладів вищої освіти, визначаючи їх як відокремлені функції: навчальну (освітню) діяльність, економічну діяльність, науково-кваліфікаційну діяльність, науково-дослідницьку діяльність, інтелектуальну діяльність, культурну діяльність, ресурсно-стратегічну діяльність [350, с. 489].

Ми згодні з думкою О. Ю. Ігнат'євої про те, що завдання сучасного закладу вищої освіти як освітнього інституту, постає не тільки в тому, щоб надавати конкретні знання (оскільки значна частина таких знань швидко застаріє), але й в тому, щоб навчити студентів способам мислення (діалектичному, логічному, теоретичному, системному підходу), навчити їх вчитися, сформувати здатність самостійно обробляти, структурувати, аналітично осмислювати великі обсяги різномірної і різнопланової інформації та творчо працювати з інформацією в стислі терміни, генерувати свої ідеї, перетворюючи їх в інновації; діяти в ситуації мінливості, невизначеності і вміти «добудовувати» інформаційну картину світу, гнучко пристосовуватись до змін; здатність до діалогу, толерантного спілкування [214, с. 213].

Нам імпонує думка В. А. Семиченко про те, що заклад вищої освіти повинен допомогти студентові усвідомити сутність обраної професії, її вимоги до виконавця, цілі та функції професійної діяльності, можливі

індивідуальні стратегії виконання професійних завдань, специфіку професійної майстерності і шляхи оволодіння нею, прийоми творчої адаптації до змісту й структури професійної діяльності [432, с. 125].

Іншим завданням в діяльності закладів вищої освіти, на думку О. Ю. Ігнатської, є забезпечення періодичного підвищення кваліфікації кадрів. Така вимога вже призвела до виникнення нового терміну – «Longlife Learning» або «навчання протягом усього життя» [214, с. 215].

О. Ю. Фіненко вказує на те, що основними напрямками роботи в плані оновлення змісту освіти, кадрового забезпечення та вдосконалення матеріально-технічної бази повинні стати: 1) розробка законопроектів, які б стимулювали участь роботодавців у підготовці кадрів в частині скасування податків на прибуток підприємств, що включають у собівартість продукції витрати на підготовку кадрів; 2) створення умов для виробничої практики безпосередньо на виробництві; 3) організація стажування викладачів в умовах реальних виробничих процесів; 4) розробка механізму незалежної кваліфікаційної атестації випускників; 5) узгодження структури випуску конкурентоспроможних кадрів із вимогами виробництва з інноваційними методами праці; 6) планування фінансування закладів вищої освіти залежно від соціально-економічної ефективності випускників; 7) розробка нової системи прогнозування попиту на кадри незалежними дослідницькими організаціями; 8) розробка комплексної системи інформування про прогностичні та наявні якісні та кількісні орієнтири ринку праці (користувачами мають стати роботодавці, фізичні особи, заклади освіти, урядовці, посередницькі структури) [507, с. 450].

Враховуючи вищевказане, поняття «заклад вищої освіти» нами тлумачиться як окремий вид установи, який надає освітні послуги на певних рівнях вищої освіти за обраними спеціальностями з урахуванням попиту ринку та потреб особистості студента в інтелектуальному, професійному, культурному та етичному розвитку; проводить навчальну, наукову, науково-технічну, виховну, міжнародну, нормативно-регульовальну, ресурсно-стратегічну, економічну, інноваційну та методичну діяльність.

Отже, нами охарактеризовано дефініції загального контексту професійної підготовки майбутніх фахівців з вищою освітою. До них ми віднесли такі поняття, як: «професія», «професіограма», «модель

фахівця», «готовність», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «результати навчання». Конкретизовано сутність таких понять, як: «заклад вищої освіти» та «професійна підготовка».

1.4. Термінологія професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

За логікою викладу наукового матеріалу, дефінітивний аналіз базових педагогічних понять повинен бути доповнений аналізом спеціальних термінів, які складають предмет дослідження проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. До них нами віднесено такі, як: «фітнес», «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти» (рис. 1.4).



Рис. 1.4. Дефініції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Розглянемо сутність поняття «фітнес».

Термін «фітнес» має значну кількість визначень, тому його змістовне наповнення трактується вченими по-різному. Діапазон тлумачень поняття «фітнес» нами узагальнено та представлено в таблиці 1.3.

Таблиця 1.3

**Визначення дефініції «фітнес»
у працях вітчизняних та закордонних авторів**

Визначення	Автор
Фітнес – це загальна (а не тільки фізична) готовність людини до виходу з «потому життя» та забезпечення ефективної природності до дій у ситуаціях, які вимагають мобілізації фізичних та духовних сил; стан психологічної та фізичної підготовленості для досягнення успіху в конкретному завданні; складова здоров'я, яка забезпечує високу якість життя»	Н. І. Воловик [123, с. 10].
Фітнес – це оптимальний фізичний стан, що включає досягнення певного рівня результатів виконання рухових тестів і низький рівень ризику розвитку проблем зі здоров'ям	А. А. Боляк [65, с. 110].
Фітнес – це прагнення до оптимальної якості життя, що включає соціальний, психічний, духовний і фізичний компоненти	М. В. Осиченко [365, с. 16].
Фітнес – це складне, багатогранне, поліфункціональне, соціальне явище, яке можна розглядати як процес і результат поліпшення фізичного вдосконалення людей, підвищення рівня їх фізичної дієздатності і стану здоров'я; як сукупність матеріальних і духовних цінностей: як складну динамічну, керовану систему, як спеціфічний продукт оздоровчих, рухових, видовищних послуг, які надаються населенню	О. Г. Сайкіна [417, с. 136].
Фітнес – це фізична придатність (від «to be fit for» бути придатним до чого-небудь, бути здоровим). Фізичне здоров'я людини, що виражається в його придатності до фізичної роботи	Е. Хоулі, Б. Френкс [515, с. 10].
Фітнес – це ефективно діюча сукупність засобів вибіркового впливу, що за рядом принципів обставин відповідає класифікаційному рівню біолого-соціальної, концептуальної, ймовірної, сумативно-цілісної складної системи	Н. І. Воловик [123, с. 13].
Фітнес – це система фізичних вправ оздоровчої спрямованості, узгоджена з індивідуальним станом психофізичної сфери людини, її мотиваційною визначеністю та особистою зацікавленістю	А. В. Менхін [328, с. 76].
Фітнес – це система фізичних вправ оздоровчого напрямку (за винятком спортивних форм фітнесу) з достатньо широким набором різноманітних і доступних рухових завдань, що складають індивідуально-стандартизовані програми, особисто мотивовані та функціонально зумовлені (співвідносні з нормативною базою)	В. Б. Зінченко, Ю. О. Усачов [203, с. 1].

Фітнес – це специфічний сектор економіки, що відображає соціально-економічні, правові та організаційні засади її функціонування і розвитку (фітнес-індустрія). Діяльність надання матеріально-побутових і соціально-культурних послуг, яка задовольняє фізкультурні потреби населення	В. І. Григор'єв [146, с. 7-15].
Фітнес – це складна і багатогранна структура, що включає різні за формою і спрямованості фізкультурно-спортивні організації, які надають платні послуги з рухової активності на базі різних програм з фітнесу. Центральним ланкою структури є фітнес-клуби різного класу і цінової політики, які здійснюють виробництво послуг для споживачів	С. І. Смірнов [456, с. 5].

На підставі аналізу визначень поняття «фітнес» слід констатувати, що цей термін використовується в різних значеннях, які можна умовно поділити на чотири групи, що мають різні рівні значущості. Перший рівень – це оптимальний фізичний стан, готовність. Другий рівень – це сукупність форм, засобів і методів, спрямованих на досягнення цілей фітнесу. Третій рівень – це соціальне явище, яке включає філософський, соціальний і психологічний аспекти. Четвертий рівень – це сектор економіки.

Розглянемо детально кожну з вищевказаних характеристик.

Аналізуючи історичні передумови виникнення терміну «фітнес», А. Б. Мирошников і П. В. Нестеров, вказують на те, що поняття «фітнес», спочатку використовувалося у сфері кінної виїздки та кінного спорту.

Як вважають науковці, буквальный переклад з англійської мови терміна «фітнес» («придатність») і сам неологізм не розкривають суспільну сутність фітнесу, його ідейну основу і передісторію розвитку [333, с. 34].

На думку А. Б. Мирошнікова, різниця в трактуваннях поняття «фітнес» може бути пояснена відомим мовним конфліктом в умовах культурного співробітництва цивілізацій, коли слова й поняття двох мов активно взаємодіють і починають конкурувати [333, с. 35]. Учений вважає, що фітнес як суспільне явище, цілком припустимо розглядати як аналог давньогрецької гімнастики. Більше того, ряд схожих рис виявляється при порівняльному аналізі професійної діяльності фітнес-тренера й давньогрецького Космету, який наглядає в афінських гімнасіях за дотриманням принципу гармонійного виховання [333, с. 35].

L.C. Dalleck і L. Kravitz підкреслюють, що фітнес треба розглядати як глобальне, загальнолюдське явище, що існує з первісного часу, і, по суті, ставлять знак рівності між поняттям «фітнес» і поняттям «фізична культура» в його традиційному вітчизняному розумінні [579, с. 26-33].

Крім того, О. Г. Сайкіна зазначає, що родовим поняттям (метасистемою) для фітнесу є поняття «фізична культура». До її предметної області значення терміна належить через розвиток рухових здібностей і формування рухових умінь і спеціальних знань, що визначають фізичну дієздатність і здоров'я людини на основі використання інноваційних підходів, засобів, методів, обладнання, інвентарю, умов проведення [417, с. 110].

Проте, на думку дослідниці, фітнес має специфічні відмінності від інших видів фізичної культури не тільки за пріоритетним завданням, але і за предметним та особистісним компонентом. На переконання вченої, до предметного компоненту належать такі складові: підприємства з надання фітнес-послуг, сучасне обладнання, інвентар, спортивна форма, фіто-бари, послуги SPA, навчальні посібники, книги, програми, публікації, журнали, фестивалі тощо, у яких формується і розвивається сучасна теорія фітнесу та оздоровчого тренування. Особистісна частина фітнесу виступає як результат спеціально організованих занять фізичними вправами, що характеризуються певним рівнем фізичної підготовленості або фізичної підготовки і фізичного вдосконалення, сукупність спеціальних знань в області здорового способу життя, усебічного фізичного розвитку, які забезпечують необхідний рівень здоров'я, тривалість життя, високу працездатність, продуктивність праці, готовність до захисту батьківщини [417, с. 47].

Розкриваючи характерні ознаки даного поняття, В. І. Григор'єв розглядає фітнес як:

- систему соціально-економічного, когнітивного й людинотворчого об'єктів і процесів, що відбивають єдність системно-структурного та ціннісно прагматичного аспектів здорового способу життя;

- соціокультурний механізм відтворення екзистенційних сил людини і капіталізації людських ресурсів, що реалізується в процесі особистісно орієнтованої трансляції культури, соціального й професійного досвіду у суспільстві;

– форму соціальної адаптації в єдності її предметно-змістової та особистісної сторін, суб'єктів і об'єктів різних видів діяльності, спрямованих на відтворення самої людини і її екзистенціального потенціалу [145, с. 8].

Серед факторів, що визначають підхід до розгляду фітнесу як соціокультурного явища, О. Г. Сайкіною було виділено ряд важливих соціокультурних проблем, які вирішуються за допомогою фітнесу. До них вченою віднесено: 1. Соціалізація людей, що займаються фітнесом, надання широких можливостей для самопізнання, самоідентифікації і самоактуалізації особистості і її найбільш сприятливих взаємодій з соціумом. 2. Сприяння появі нових культурних форм через творчу активність людей у сфері фітнесу; 3. Залучення людей до культурних цінностей різних країн і народів у процесі занять фітнесом. 4. Розвиток галузі фітнес-індустрії і мережі платних фітнес-послуг на базі державних установ різних типів; 5. Створення прецеденту для наукових досліджень у сфері фітнесу, що сприяє розвитку науки. 6. Створення підстав для розвитку системи підготовки фахівців з фітнесу, необхідність розробки нових професійних освітніх програм [414, с. 136].

О. Г. Сайкіна підкреслює значення фітнес-індустрії як мультимедійної матриці в процесі появи інноваційних оздоровчих технологій. При цьому термін «мультимедійна матриця» (від лат. matrix – матка) розуміється як глобальне першоджерело («материнська основа»), в основі якого лежить великий пласт інформації, пов'язаний з тією чи іншою галуззю знань [414, с. 18].

Розглядаючи фітнес як соціальну систему, О. Г. Сайкіна у своїй монографії обґрунтувала її компоненти [414, с. 18]. До них вченою віднесено: соціальне замовлення, фахівці (педагоги, медики), які повинні розробити програмно-методичне забезпечення для роботи з зазначеним контингентом і здійснювати роботу, наявність необхідного інвентарю та обладнання для здійснення таких програм та осіб, що займаються [414, с. 18].

На думку дослідниці, системоутворюючим фактором системи фітнесу є об'єктивні вимоги суспільства до фізичної культури особистості і фізичного стану людини. Системорегулюючим фактором, який забезпечує успішність функціонування системи, є компонент концептуальних установок (мета, завдання, принципи).

Системонаповнюючим фактором, за О. Г. Сайкіною, є сукупність умов, які визначають структуру, взаємозв'язки і функціонування елементів системи [417, с. 26].

Е. Хоулі та Б. Френкс виділяють три основні види фітнесу: загальний фітнес, фізичний (оздоровчий) фітнес, спортивно-орієнтовний [515, с. 42].

За визначенням В. Ю. Давидова, загальний фітнес використовується на навчальному (початковому) етапі занять і є оптимальною якістю життєдіяльності, яка визначає «позитивне здоров'я», що включає необхідний рівень працездатності, достатню соціальну активність та психологічну стабільність. Фізичний фітнес, на думку автора, характеризує рівень можливостей, які забезпечують поточну рухову активність без зайвого функціонального напруження організму й мають для цього необхідні фізіологічні резерви. Спортивно-орієнтовний фітнес є найбільш високим ступенем рухової активності та направлений на розвиток рухових здібностей та фізичних якостей для вирішення спортивних задач [151, с. 42].

Н. І. Воловик вважає, що «термін «фітнес» повною мірою відображає соціальні (здоровий спосіб життя), біологічні (рухова активність, фізичний стан та фізична підготовленість), психологічні (мотиви, інтереси), рекреаційні та інші характеристики використання засобів фізичного виховання в оздоровчих цілях». На його думку, поняття «фітнес» охоплює більшість термінів, що характеризують галузь оздоровчої фізичної культури (масовий спорт, кондиційне тренування, рекреація тощо) [123, с. 13].

В. Є. Борилкевич зазначає, що фітнес об'єднує в собі різні види фізичної активної діяльності. Фітнес – це не спорт вищих досягнень, а фізична активність, доступна й необхідна всім. І біг, і катання на роликівих ковзанах, і плавання, і велосипедні прогулянки – все це можна віднести до фітнесу [68, с. 34].

У США категорія «фітнес» розглядається в різних контекстах та замінює поняття «фізична культура», «фізична підготовка», «здоров'я». Як вказують Е. Хоулі та Б. Френкс, смислове значення слова «фітнес» поступово еволюціонувало від «фізичної придатності» (від «to be fit for» бути придатним до чого-небудь, бути здоровим) до позначення соціального явища, культурного феномену ХХ століття, від «фізичного здоров'я людини, що виражається в його придатності до фізичної роботи»

до «прагнення до оптимальної якості життя, що включає соціальний, психічний, духовний і фізичний компоненти» [515, с. 10]. Американський термін «фітнес» при згадці його в популярних журналах, розмовній лексиці та мережі інтернет, асоціюється з успішністю і благополуччям [515, с. 10].

Крім того, В. Sharkey і S. Gaskill трактують фітнес як цілеспрямовану рухову активність, яка включає кардіонавантаження (ходьбу, біг, їзду на велосипеді, плавання, усі види аеробіки), вправи на тренажерах, стрейтчинг (розтягування), дихальну гімнастику та ін., якими людина може і повинна займатися за будь-яких умов. Поряд з руховою активністю важливим компонентом фітнесу виступає збалансоване харчування і контроль над вагою тіла [645, с. 14-15].

Узагальнюючи думки різних учених, О. А. Атамась зауважує, що основною концепцією фітнесу, є принцип FITT, де F (від англійського frequency) – частота (кількість) занять на тиждень; I (від англійського intensity) – характеристика навантаження, яка визначається за допомогою ЧСС; T (від англійського time) – тривалість заняття; T (від англійського type) – вид заняття (тобто інтенсивність тренування та наявність обтяжень) [28, с. 75].

У своїй роботі ми будемо базуватися на тлумаченні поняття «фітнес», яке наводить О. Г. Сайкіна. Учена визначає поняття «фітнес» як інноваційну форму фізичної культури, яка поєднує в собі сукупність інноваційних видів, форм, обладнання, технологій фізкультурно-спортивної діяльності та наявність комфортних соціокультурних умов, у яких відбувається процес «споживання» фітнес-послуг [417, с. 45].

Розкриємо сутність поняття «фітнес-послуга».

У сучасній вітчизняній економіці існує два основні підходи до тлумачення сутності поняття «послуга». Перший підхід розглядає поняття «послуга» як діяльність, специфічну форму праці. Другий підхід співвідносить поняття «послуга» з результатом праці, корисним ефектом діяльності.

Нам імпонує інтегрований підхід до тлумачення поняття «послуга», який пропонує Н. Король. Він вважає, що послуга – це певна дія суб'єкта, метою якого є досягнення конкретного результату, необхідного замовнику, за допомогою впливу на об'єкт послуги [261, с. 1326].

М. І. Золотов зазначає, що переважна більшість послуг, які виробляються та надаються в галузі фізичної культури та спорту, належать до соціально-культурних послуг, яким властиві ознаки сервісу [205, с. 21].

Сервісну діяльність В. Г. Велединський характеризує як активність людей, що взаємодіють у процесі виробництва, просування, реалізації, надання та споживання фізкультурно-оздоровчих послуг, які задовольняють потреби людини, соціальної групи або суспільства в цілому [108, с. 30].

Проведений аналіз нормативної літератури і наукових праць С. І. Росенко [400, с. 181-186], Т. Є. Круглової [275, с. 220], В. І. Григор'єва [146, с. 69] та інших джерел дозволив нам визначити такі характерні ознаки фітнес-послуг:

1) основним результатом надання фітнес-послуг є виховання людини в сенсі формування її розумних потреб, здібностей, оздоровлення та фізичного вдосконалення;

2) на відміну від матеріальних послуг фітнес-послугам притаманні такі специфічні характеристики, як: невідчутність послуги, оскільки її неможливо відчувати до моменту придбання; непередбачуваність якості послуги, оскільки змінюється стан осіб, що займаються фітнесом; незберігаємість послуги в часі; невід'ємність послуги – споживач є об'єктом надання послуги і безпосереднім її виконавцем у процесі її надання; послуга має індивідуальний характер надання та споживання; у фітнесі є високою частка фізичної праці, якість якої залежить від педагогічної майстерності персоналу;

3) до видів фітнес-послуг відноситься група основних послуг: організація занять фізичними вправами, діагностика фізичного стану, інформаційно-консультативні, освітні послуги у сфері фітнесу, група додаткових послуг: масаж, СПА, косметологія тощо; група супутніх послуг – забезпечення допоміжного обслуговування у вигляді надання спеціалізованого харчування, одягу, обладнання, камер зберігання, автостоянок тощо;

4) як правило, фітнес-послуги є платними;

5) фітнес-послуга, як правило, оплачена заздалегідь, тому якість її надання має особливе значення. Якість визначається не стільки відповідністю стандартам або встановленим вимогам, скільки

узгодженістю із запитамі споживачів. До числа факторів, що впливають на сприйняття й оцінку споживачами якості спортивно-оздоровчих послуг, відносяться: безпека послуги, її споживча новизна, сучасне обладнання, технічне оснащення послуги; професійно-кваліфікаційні характеристики та етичність персоналу; фізико-технічні та естетичні характеристики середовища: світло, звук, свіже повітря, дизайн, комфортність; санітарія та гігієна в основних і допоміжних приміщеннях тощо;

6) процесу надання фітнес-послуг властивий позакомерційний характер. Це, перш за все, праця самого споживача, його робота над собою, адаптація до фізичних навантажень. Це висуває певні вимоги до уміння фахівця мотивувати споживача фактично «працювати» за власний кошт, уміння позиціонувати фізкультурно-оздоровчий сервіс не як послугу, що задовольняє будь-яку потребу «на основі платоспроможного попиту», а послугу, яка може і повинна формувати розумну потребу в здоровому способі життя;

7) до форм фітнес-послуг можна віднести персональний тренінг, групові заняття, on-line тренування, варіанти пробних безкоштовних занять, екскурсій, відкриті уроки, покази досягнень тощо. Пріоритетним у наданні фітнес-послуг є гнучкість умов надання послуг, наприклад, нічні заняття й інші варіанти розширення просторово-часової їх доступності;

8) вимогами до фітнес-послуг є інформативність, своєчасність надання, соціальна адресність, ергономічність, комфортність, естетична привабливість, регулярність оцінювання якості надання послуги, безпечність та екологічність фітнес-послуги.

9) фітнес-послуги не можуть бути універсальними та стандартними, вони створюються для клієнта.

Отже, поняття «фітнес-послуга» розглядається нами як діяльність виконавця, яка спрямована на задоволення потреб споживача у фізичному розвитку, фізичному вдосконаленні, збереженні та відновленні здоров'я, активному відпочинку, навчанні, спілкуванні тощо, що реалізується у відповідності з розробленими фітнес-програмами у форматі групових, індивідуальних, самостійних занять, рекомендаціями з раціонального харчування, корекції поведінки, з використанням спеціального обладнання та за участі фахівців (тренерів, лікарів, дієтологів, велнес-коучей).

Розглядаючи дефініцію «тренер», можна стверджувати, що її тлумачення має однотипний характер. Поняття «тренер» змістовно пов'язано з такими поняттями як «підготовка», «спорт», «спортсмен», «виховання», «навчання». Так, в «Англійському словнику Webster» [14] і «Тлумачному словнику російської мови» за редакцією Т. Ф. Єфремової [488], поняття «тренер» розглядається як «той, хто навчає, інструктор»; як «той, хто готує людей, коней для діяльності, що вимагає фізичної вправності й сили; людина, яка професійно тренує кого-небудь (спортсмена, приручену тварину)».

У «Кембріджському словнику» («Cambridge Dictionaries») вказано, що тренер – це людина, яка навчає людей або тварин і готує їх для роботи, діяльності або спорту: інструктор, дресирувальник [564].

У «Великому енциклопедичному словнику» поняття «тренер» розглядається як викладач фізичної культури – фахівець у певному виді спорту [66].

У «Словнику української мови» поняття «тренер» визначається як «фахівець, що керує тренуванням спортсменів із певного виду спорту» [455].

У «Довіднику професійно-кваліфікаційних характеристик професій працівників», затвердженому Наказом Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту від 17.10.2002 № 2264 вказано, що тренер з виду спорту – це «фахівець, який упроваджує в практику і розробляє в установленому порядку науково обґрунтовану систему підготовки спортсменів високого класу та спортивних резервів. Організовує і проводить спортивні заходи, а також бере участь в установленому порядку в державних міжнародних змаганнях і навчально-тренувальних зборах. Здійснює систематичний контроль за роботою тренерських кадрів з підготовки спортсменів високого класу і спортивних резервів. Розробляє перспективні плани розвитку видів спорту, положення про спортивні заходи, формує календарні плани змагань і навчально-тренувальних зборів» [164].

У цьому ж документі виокремлено посаду «тренер-викладач з виду спорту (спортивної школи, секції)». Тренер-викладач з виду спорту – це фахівець, який веде навчально-тренувальну роботу, здійснює набір дітей у дитячо-юнацьку спортивну школу, секції, проводить з ними навчально-тренувальну та виховну роботу, відбирає та орієнтує найбільш

перспективних дітей і підлітків для подальшого вдосконалення спортивного результату, забезпечує підвищення спортивної підготовки учнів, зміцнення та охорону їх здоров'я, безпечно проведення навчально-тренувального процесу. Використовує в своїй роботі ефективні методи спортивної підготовки. Складає плани навчально-тренувальної підготовки. Здійснює педагогічний контроль [164].

Існує й інше тлумачення поняття «тренер». У науковій літературі набуло розповсюдження таке поняття, як «коуч» (coach). Так, у «Англо-російському словнику В. К. Мюллера» поняття «коуч» (від англ. coach – тренувати, навчати, спрямовувати, інформувати) визначається як тренер; інструктор, наставник, лідер [15].

Розглядаючи функції тренера зі спорту (викладача фізичної культури), Н. П. Сінгіна звертає увагу на комплекс таких педагогічних завдань: виховання та формування колективу та особистості, навчання руховим діям, розвиток фізичних якостей, підвищення рівня тренуваності функцій та систем організму людини тощо [442, с. 12].

Як вказують М. Данилко та В. Толкач, тренер виступає в ролі керівника групи, який здійснює загальну стратегію її діяльності, планує цілі та завдання для кожного учасника групи в цілому, тобто: а) тренер – формальний і неформальний лідер; б) тренер – керівник, який визначає структуру, кількісний склад, планує і скеровує діяльність групи [152, с. 23].

У своєму дослідженні М. Данилко підсумовує, що професія «тренер» належить до соціологічної, оскільки предметом його праці є людина [152, с. 24]. На думку вченого, діяльність тренера реалізується на основі загальних організаційно-методичних принципів: демократичності; нормативності; відповідальності; зацікавленості; економічності. Тренерська діяльність є ще й видом соціальної суспільної діяльності, спрямованої на гармонійний розвиток особистості людини шляхом її фізичного вдосконалення [152, с. 24]

За твердженням Г. Д. Бабушкіна, головна особливість професійної діяльності тренера полягає в специфіці об'єкта та засобів праці. Об'єктом діяльності тренера є людина з її постійним розвитком. Продукти діяльності тренера «матеріалізуються» в психічному образі його вихованців – їхніх знаннях, уміннях, навичках, волі, характерах [36, с. 56].

Ще у 1980 році Н. В. Жмарьовим діяльність тренера поділена на дві групи залежно від її спрямованості чи від тієї основної мети, яка стоїть перед ним. До першої групи, на думку вченого, належать види діяльності, спрямовані на всебічне вдосконалення людини. Тут вирішуються такі особисті завдання: заповнення дозвілля людини; корекція її фізичних недоліків; забезпечення необхідної активності; гармонійного розвитку спортсменів. До другої групи входять ті види діяльності, які спрямовані на підготовку спортсмена для досягнення максимальних результатів у конкретному виді спорту [183, с. 123].

Крім того, В. Толкач із співавторами виділяє також професіоналів, які досягають певної мети завдяки роботі з одним спортсменом (особисті тренери), і тих, які працюють із групою спортсменів (колективні тренери) [152, с. 25].

Л. В. Волков вважає, що спортивний тренер – це, перш за все, педагог, який не тільки займається навчанням техніки рухів і розвитком фізичних здібностей, а й формує особистість майбутнього громадянина, а основу цієї діяльності і складають педагогічні здібності [122, с. 210]. Науковець поділяє думку більшості фахівців про те, що володіти педагогічними здібностями – це значить: уміти викласти навчальний матеріал для учнів на доступному рівні, розуміти своїх вихованців і проявляти творчість у навчальному процесі; володіти вольовими педагогічними якостями, які можуть впливати як на окремих учнів, так і на весь колектив у цілому; організовувати дитячий і юнацький колектив, виявляти інтерес до діяльності та життя своїх учнів; змістовно і яскраво вміти пояснити й провести бесіду, володіти виразним мовленням; проявляти педагогічний такт, тобто бути самому вихованим, уміти спостерігати, аналізувати і робити правильні висновки зі спостережень, бути вимогливим не тільки до учнів, але і до себе особисто; уміти пов'язувати навчальний матеріал із вимогами сучасного життя і різними життєвими ситуаціями. До супутніх педагогічних здібностей автор відносить такі якості, як організованість, допитливість, працездатність, самовладання, активність, наполегливість, зосередженість і вміння розподілити увагу [122, с. 210].

Отже, зазначимо, що дефініція «тренер» більшістю науковців тлумачиться як фахівець, який має безпосереднє відношення до спортивної діяльності. На нашу думку, поняття «тренер» слід розуміти в

більш узагальненому сенсі. Нам імпонує визначення, запропоноване в «Англо-російському словнику В. К. Мюллера», у якому поняття «тренер» визначається як фахівець, який допомагає людині досягати її мети, мотивує та сприяє отриманню результату найбільш оптимальним для нього способом [15].

Проаналізувавши поняття «тренер» та «фітнес», уточнимо значення поняття «фітнес-тренер».

Системний аналіз поняття «фітнес-тренер» свідчить, що сьогодні відсутнє його єдине тлумачення. Як зазначають Р. В. Ерл і Т. Р. Бехль, відповідно до сучасних уявлень та існуючих традицій у США, фітнес-тренер приймається як персональний тренер, у функції якого входить оцінка, мотивація, навчання та тренування осіб, що займаються, з урахуванням їх потреб, пов'язаних із змінами їх стану здоров'я або фізичної підготовленості [364, с. 22].

У Європі розглядають такі назви професійної роботи фітнес-тренера, як: «провідний інструктор гімнастичного залу/персональний тренер», «тренер з пілатесу», «тренер з йоги», «керівники програм», при цьому чітко виокремлюються професії інструктора з фітнесу та фітнес-тренера [545].

Розглядаючи змістові характеристики цього поняття, А. Б. Мирошников тлумачить діяльність фітнес-тренера як певну форму наставництва [333, с. 36]. При цьому, учений вбачає значне протиріччя між педагогічним характером діяльності тренера, яке обумовлює тісну міжособистісну взаємодію та певну відчуженість тренера та клієнта, обумовлену законами ринкової економіки [333, с. 36].

Визначимо поняття «фітнес-тренер» як фахівця, який у груповому або/та індивідуальному форматі надає фітнес-послуги з навчання, викладання або/та розробки програм застосування фізичних вправ, інвентарю та обладнання для різних груп населення, з урахуванням їх потреб, пов'язаних із прагненням до оптимальної якості життя, що включає соціальний, психічний, духовний і фізичний компоненти.

За логікою нашого дослідження проаналізуємо поняття «майбутній фітнес-тренер». У даному контексті слово «майбутній» асоціюється з поняттям «студент» і «здобувач вищої освіти».

А. С. Власенко вказує, що «студент» у перекладі з латинської означає «той, що сумлінно працює», «той, хто бажає знання» [117, с. 54].

Вчений вважає, що «студентство – це особлива соціальна група, що формується з різних соціальних утворень суспільства і характеризується особливими умовами життя, праці, побуту, особливою суспільною поведінкою і психологією, для якої набуття знань і підготовка себе до майбутньої роботи в суспільному виробництві, науці й культурі є головним і здебільшого єдиним заняттям» [117, с. 54].

Б. Рубін і Ю. Колесніков вказують, що «студентство як соціальна група функціонує в системі вищої освіти, виступає як об'єкт виробництва, предметом якої є не річ, а сама людина, особистість. Тому головною формою виробництва є навчально-освітня діяльність» [402, с. 38].

Відповідно до Закону України «Про вищу освіту» (2017) здобувачі вищої освіти визначаються як особи, які навчаються у вищому навчальному закладі на певному рівні вищої освіти з метою здобуття відповідного ступеня й кваліфікації [191].

За визначенням Л. П. Сущенко, майбутній фахівець фізичного виховання та спорту – це «особистість, яка цілеспрямовано здобуває у вищих навчальних закладах спеціальність, що пов'язана з організацією навчально-виховного процесу щодо підтримки певного рівня фізичної культури населення або спрямована на досягнення вищих спортивних результатів на олімпійській, світовій чи регіональній аренах у командному або індивідуальному вимірах [477, с. 34].

П. А. Слобожанінов визначає поняття «майбутні фахівці з фітнесу і рекреації» як «студентів, які протягом певного періоду навчання у вищому навчальному закладі спрямовують свої зусилля на оволодіння кваліфікацією, що дозволить їм ефективно застосовувати у фітнес-діяльності та рекреаційно-оздоровчій діяльності різні форми рухової активності з метою відновлення сил, збереження та зміцнення здоров'я різних верств населення» [452, с. 4].

Поняття «майбутній фітнес-тренер» розглядається нами як особистість, яка навчається в закладі вищої освіти, має певні права та обов'язки, цілеспрямовано оволодіває професією, яка пов'язана з оздоровленням та фізичним удосконаленням різних груп населення, із застосуванням інноваційних засобів, методів, організаційних форм фізичної культури, інвентарю та обладнання на основі їх вільного мотивованого вибору споживачами фітнес-послуг.

А. В. Сватъєв визначає поняття «професійна компетентність майбутнього тренера-викладача» як «інтегративну характеристику особистості, що визначається рівнем оволодіння фундаментальними знаннями в галузі фізичної культури і спорту та суміжних дисциплін, професіоналізму та здатності повною мірою, відповідно до соціально значущих аспектів, реалізувати професійні знання, уміння та навички в майбутній професійній діяльності» [422, с. 210].

За логікою дефінітивного аналізу визначимо сутність поняття «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти», що розглядається нами як інтегративна характеристика особистості, яка є результатом підготовки випускника закладу вищої освіти, визначається сформованістю знань, умінь, навичок та професійно-важливих, світоглядних і громадянських якостей, що в сукупності забезпечує можливість виконання професійних обов'язків із задоволення потреб населення у фізичному вдосконаленні, збереженні й відновленні здоров'я, активному відпочинку та реалізується відповідно до розроблених фітнес-програм і рекомендацій у форматі індивідуальних і групових занять.

Поняття «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти» розглядається нами як педагогічна система, що спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців) та суспільства, спрямована на формування професійної компетентності випускників за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» (спеціалізацією «Фітнес-тренер»), що дозволить їм після завершення освітньої програми успішно реалізовувати діяльність з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

Отже, розглянуто термінологію професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. З'ясовано сутність поняття «фітнес» та уточнено змістові характеристики понять «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти» та «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти».

Висновки до першого розділу

Аналіз педагогічної літератури та літератури з фізичної культури дозволив з'ясувати, що з позицій сьогодення ідея модернізації вищої освіти в сфері фізичної культури є пріоритетною, відповідає всім позиціям освітньої політики України та має чітко окреслену нормативно-правову базу. Характерними ознаками перетворень стали: поява інноваційних організаційно-методичних форм фізичної культури, розвиток фітнес-індустрії, зникнення певних професій, перегляд змісту «традиційних» професій та поява нових. Так, у 2010 році до Національного класифікатора України «Класифікатор професій» ДК 003:2010 була введена нова професійна назва роботи – 3475 «фітнес-тренер». У цьому документі вказана назва була віднесена до професійної групи «фахівці» та розміщена в розділі R: «Мистецтво, спорт, розваги та відпочинок», підрозділі 93: «Діяльність у сфері спорту, організація відпочинку та розваг», де виділено підгрупу 93.13: «Діяльність фітнес-центрів».

Науковці (Т. Ю. Круцевич, О. В. Андреева, М. В. Дутчак, О. Л. Благій та ін.) вказують, що головна мета освітньої політики в напрямі модернізації вищої фізкультурної освіти полягає в забезпеченні якості, фундаментальності, престижності, відповідності актуальним і перспективним потребам особистості та суспільства щодо інноваційного оновлення освітньої галузі в цілому й науково обґрунтованих змін змісту, форм і методів навчання майбутніх фахівців рекреаційно-оздоровчої сфери у вищій школі.

Вивчення наукових праць показало, що сфера наукових інтересів в частині професійної освіти в сфері фізичної культури та спорту є досить різноплановою. Серед них виділено такі напрями: концептуальні засади професійної підготовки фахівців у галузі фізичної культури та спорту (Л. П. Сущенко, Р. В. Клопов, В. А. Магін, С. А. Хазова, М. М. Ебзєєв та ін.); теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури (О. Ю. Ажиппо, П. Б. Джуринський, Є. А. Захаріна, Л. І. Іванова, О. В. Тимошенко та ін.); теоретичні й методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації та фахівців із здоров'я людини (Н. О. Белікова, Ю. О. Лянной, О. І. Міхеєнко та ін.); концептуальні засади професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів (Є. О. Павлюк, А. В. Сватсьєв та ін.);

методичні аспекти професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів (А. А. Гладишев, Н. В. Гущина, О. Г. Сайкіна та ін.).

Аналіз літератури з проблеми становлення фітнесу, як навчальної та наукової дисципліни показав, що в сучасний період ґрунтовно досліджено питання феноменології та термінології фітнесу (А. А. Боляк, В. Е. Борилкевич, О. В. Завальнюк, О. Г. Сайкіна, Е. Т. Хоулі та ін.); вивчено ретроспективу його становлення (О. В. Андреева, С. В. Бренч, Л. Вашук, В. І. Григорьев, Л. В. Ейдельман, В. І. Лисицька та ін.); розглянуто основи програмування занять з фітнесу (О. Л. Благій, Л. Я. Іващенко, Е. Хоулі та ін.); розроблено фітнес-технології різної спрямованості (Л. Вашук, Н. О. Гоглювата, О. Я. Кібальник, Ю. І. Томіліна та ін.); досліджено специфіку й функції професійної діяльності фітнес-тренера та тренера з аеробіки (В. О. Коваленко, О. К. Корносенко, Г. М. Лаврухіна, А. В. Менхін, Л. В. Сіднева та ін.).

У розділі вказано, що професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти стала предметом обмеженої кількості досліджень вітчизняних і зарубіжних науковців. Учені (Є. Н. Приступа, О. Г. Сайкіна, О. К. Корносенко, О. В. Корх-Черба, Л. В. Руднева, С. І. Смирнов, Є. В. Шестакова, М. Н. Malek, D. P. Nalbone, D. E. Berger, J. W. Coburn та R. Cotton та ін.), наголошують на невідповідності рівня підготовленості майбутніх фітнес-тренерів вимогам ринку праці.

Дослідники (О. А. Атамась, М. Р. Батіщева, К. Д. Волков, О. О. Гладишев, Т. С. Лисицька, В. О. Пономарьов, Л. В. Сіднева, П. А. Слобожанінов, А. О. Твеліна та ін.) розглядали окремі аспекти підготовки майбутніх фахівців різних спеціалізацій для сфери оздоровчого та спортивного фітнесу.

З метою розкриття сутності досліджуваної проблеми та розширення наукового знання вітчизняної теорії та методики професійної освіти здійснено ретроспективний аналіз становлення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України.

Указано, що започаткування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та поява нової професійної групи, якими стали фітнес-тренери, були обумовлені соціальним запитом на якість та асортимент фізкультурно-оздоровчих послуг, популяризацією фітнесу, як альтернативного виду рухової активності, його різноманітністю, оформленням фітнесу як наукової та

навчальної дисципліни, відсутністю єдиної системи підготовки таких фахівців, а також законодавчою легалізацією професії «фітнес-тренер». Зазначено, що становлення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вітчизняних закладах вищої освіти здійснювалося під впливом закордонного досвіду та характеризувалося певним відставанням системи вищої освіти на запити ринку праці порівняно з альтернативними формами підготовки фітнес-тренерів.

Аналіз категоріального апарату професійної підготовки майбутніх фахівців у закладах вищої освіти дозволив уточнити сутність основних понять дослідження:

– професія розглядається як конкретний вид трудової діяльності, що є результатом фахової підготовки, передбачає сформованість комплексу знань, умінь, навичок та особистісних якостей, визначає здатність людини виконувати специфічні завдання й обов'язки та є джерелом доходу та особистісного розвитку;

– професійна підготовка розглядається як педагогічна система, яка спроектована на основі моніторингу ринку праці, інтеграції науки, освіти й виробництва, забезпечує формування професійної компетентності та професійно-важливих якостей особистості та здійснюється в закладах професійно-технічної освіти, вищої освіти та на факультетах підвищення кваліфікації;

– готовність розглядається як фактично досягнутий рівень компетентності, результат професійної підготовки майбутніх фахівців у закладі вищої освіти;

– фітнес-послуга розглядається як діяльність виконавця, яка спрямована на задоволення потреб споживача у фізичному розвитку, фізичному вдосконаленні, збереженні та відновленні здоров'я, активному відпочинку, навчанні, спілкуванні тощо, що реалізується у відповідності з розробленими фітнес-програмами в форматі групових, індивідуальних, самостійних занять, рекомендаціями з раціонального харчування, корекції поведінки, з використанням спеціального обладнання та за участі фахівців (тренерів, лікарів, дієтологів, велнес-коучей);

– фітнес-тренер розглядається як фахівець, який у груповому або/та індивідуальному форматі надає фітнес-послуги з навчання, викладання або/та розробки програм застосування фізичних вправ, інвентарю та обладнання для різних груп населення, з урахуванням їх потреб,

пов'язаних із прагненням до оптимальної якості життя, що включає соціальний, психічний, духовний і фізичний компоненти;

– майбутній фітнес-тренер розглядається як особистість, яка навчається в закладі вищої освіти, має певні права та обов'язки, цілеспрямовано оволодіває професією, яка пов'язана з оздоровленням та фізичним вдосконаленням різних груп населення, із застосуванням інноваційних засобів, методів, організаційних форм фізичної культури, інвентарю та обладнання на основі їх вільного мотивованого вибору споживачами фітнес-послуг;

– професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, розглядається як інтегративна характеристика особистості, яка є результатом підготовки випускника закладу вищої освіти, визначається сформованістю знань, умінь, навичок та професійно-важливих, світоглядних і громадянських якостей, що в сукупності забезпечує можливість виконання професійних обов'язків із задоволення потреб населення у фізичному вдосконаленні, збереженні й відновленні здоров'я, активному відпочинку та реалізується відповідно до розроблених фітнес-програм і рекомендацій у форматі індивідуальних і групових занять;

– професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти розглядається як педагогічна система, що спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців) та суспільства, спрямована на формування професійної компетентності випускників за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» (спеціалізацією «Фітнес-тренер»), що дозволить їм після завершення освітньої програми успішно реалізовувати діяльність з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

РОЗДІЛ 2

ДОСВІД ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗАРУБІЖНИХ КРАЇН ТА УКРАЇНИ

2.1. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти США та Канади

У США понад 40 років тому в галузі фізичного виховання були сформовані альтернативні програми професійної підготовки фахівців з фітнесу. Це було пов'язано з погіршенням стану здоров'я пересічних американців і потребою суспільства у фахівцях нової формації, здатних до розробки та впровадження рекомендацій щодо формування здорового способу життя. На сьогоднішній день США є, на нашу думку, безперечним лідером у системі вищої освіти майбутніх фітнес-тренерів.

Сьогодні професія «фітнес-тренер» набуває популярності. Згідно з прогнозами Бюро статистики праці США потреба у фітнес-тренерах до 2020 року збільшиться на 24 % порівняно з представниками інших професій [598, 631]. Відомо, що управління освіти в США є децентралізованим, оскільки здійснюється на рівні штатів та не регламентується Конституцією країни [625].

У США не існує чіткого визначення поняття «заклад вищої освіти». Як вказує О. А. Ігнатюк, за американськими стандартами до закладів вищої освіти відносять різні заклади, які за рівнем освіти вони поділяються на три категорії:

1) професійні школи, які пропонують спеціальну середню освіту та видають сертифікат про отримання професії; дворічні коледжі, які здійснюють підготовку молодших спеціалістів і видають відповідний диплом (associate degree);

2) коледжі гуманітарних і природничих наук і професійні школи, які пропонують ступінь бакалавра (bachelor degree);

3) аспірантські та вищі професійні школи коледжів та університетів, які здійснюють підготовку магістрів і докторів наук (master's degree, Phd) [227, с. 58-64].

Аналіз літератури, проведений нами, показав, що отримання професії «фітнес-тренер» передбачає такі варіанти: 1) закінчення

середньої школи – навчання на курсах та отримання сертифіката про проходження спеціалізації (кожні два роки). При цьому не передбачено отримання вищої освіти (відповідно до української системи освіти); 2) закінчення середньої школи – навчання в коледжі (2 роки) – проходження сертифікації (кожні два роки); 3) закінчення середньої школи – навчання в коледжі або університеті (4-6 років) за суміжними спеціальностями – проходження сертифікації (кожні два роки); 4) закінчення середньої школи – навчання в коледжі, інституті або університеті (4-6 років) за профільною спеціальністю – сертифікація (за необхідністю).

Розкриємо сутність першого варіанту професійної підготовки фітнес-тренера, за яким після закінчення загальноосвітньої школи та відповідного професійного навчання можна отримати дозвіл на роботу. З позицій сьогодення, існує різноманіття назв професій, які відповідають категорії «фітнес-тренер», зокрема «інструктор занять», «інструктор з оздоровчого фітнесу», «персональний фітнес-тренер», «інструктор групових фітнес-занять», «інструктор з силового тренінгу», «інструктор з аеробних програм», «консультант зі здорового способу життя», «інструктор з корекції маси тіла» та ін. Як наголошує Р. В. Ерл, у США «фітнес-тренер» розглядається як персональний тренер, який здійснює індивідуальний підхід для оцінювання, мотивації, навчання та тренування клієнтів з урахуванням стану їх здоров'я або фізичної підготовленості [364, с. 186].

Працювати в якості персонального фітнес-тренера (personal training) може особа, яка пройшла відповідну сертифікацію своєї компетентності. Але, на жаль, досить поширеною американською практикою є допуск до роботи фітнес-тренерів взагалі без сертифікації. У США відсутні уніфіковані вимоги, державні стандарти до ліцензування або затверджені програми навчання для персональних тренерів. За даними звіту Ради з сертифікації для спортивних тренерів (The Board of Certification for the athletic trainer) сертифікацією фахівців з фітнесу займаються організації та загальноосвітні заклади, які швидко реагують на появу нових популярних фітнес-технологій, оперативно розробляють навчальні програми та пропонують їх на ринку освітніх послуг (табл. 2.1). Таких організацій нараховують більше 400 [562].

Таблиця 2.1

**Провідні національні фітнес-організації США, які здійснюють
підготовку фахівців з оздоровчого фітнесу**

ACSM	Американський коледж спортивної медицини
ACE	Американська рада з рухової активності
NSCA	Національна асоціація силової та кондиційної підготовки
USAA	Асоціація аеробіки США
AIFE	Американський інститут фітнес-педагогів
PFIT	Асоціація підготовки професійних фітнес-інструкторів
NDEITA	Національна асоціація підготовки професійних фітнес-інструкторів
AFAA	Американська федерація аеробіки та фітнесу
PCDI	Інститут розвитку професійної кар'єри
AAHPERD	Американська асоціація здоров'я, фізичного виховання, рекреації та спортивних танців
COOPER INSTITUT	Інститут аеробних досліджень К.Купера
PFP	Організація персональних фітнес-професіоналів
APT	Асоціація персональних фітнес-тренерів
NFTA	Національна асоціація фітнес-тренерів
NPTI	Національний інститут персонального тренінгу
NCSF	Національна рада з силової підготовки та фітнесу
ASFA	Американська асоціація з фітнесу людей похилого віку
ASEP	Американське товариство спортивних освітніх програм
AEA	Асоціація аквафітнесу
NCPPA	Національний союз сприяння рухової активності
C.H.E.K. Institut	Інститут раціональної кінезіології
Pilates Studio	Студія Пілатес

Організації, які мають право на видачу сертифікатів фітнес-тренерам, можна умовно поділити на дві групи:

- організації, які не вимагають диплома бакалавра або магістра зі споріднених галузей науки;
- організації, які враховують наявність у майбутнього фахівця вищої освіти.

До першої групи нами віднесено такі організації: Національну академію спортивної медицини (The National Academy of Sports Medicine – NASM), Американську раду з фізичних вправ (The American Council on Exercis – ACE), Альянс пілатеса (Pilatesmethodalliance), Альянс йоги (Yogaalliance), Міжнародну асоціацію спортивних наук (The International Sports Sciences Association – ISSA); Американську раду з фізичних вправ (The American Council on Exercis – ACE) та ін.

У програми сертифікації цих організацій включено дисципліни, у яких предметом вивчення є знання з фізіології та анатомії, теорії та методики спортивної науки, методів діагностики та контролю у фітнесі, чинників ризику виникнення захворювань, професійного обладнання та харчування, техніки виконання вправ тощо. Тривалість навчальних програм є різною: терміном від декількох днів до двох років, обсягом годин – від 16 до 200. Сертифікаційні іспити проводяться в письмовій формі, а деякі з них – у практичній. У більшості організацій вимагається обов'язкова повторна сертифікація кожні два роки. Крім того, усім, хто бажає, надається можливість самостійної підготовки до сертифікаційного екзамену. Абітурієнтам пропонуються навчальні матеріали, у тому числі книги, компакт-диски та інші звукові та візуальні матеріали. Підготовка проходить у формі екзаменів, практикумів і семінарів. Деякі університети пропонують он-лайн програми сертифікації фітнес-тренера та приймають іспити у формі інтернет-тестування [588].

До групи організацій, які враховують наявність у майбутнього фахівця вищої освіти, нами віднесено організації, що акредитовані Національною комісією з сертифікації агентств (The National Commission for Certifying Agencies – NCCA) [627] та Національною радою з фітнес-експертизи (The National Board of Fitness Examiners – NBFЕ) [626]. За їхніми рекомендаціями, перш ніж отримати сертифікат, абітурієнт повинен мати диплом середньої школи; диплом у галузі фізичного виховання або в іншій суміжній сфері (освітній ступінь – бакалавр або магістр); 500 годин практичного досвіду; диплом серцево-легеневої реанімації (СРR) з досвідом застосування автоматизованого зовнішнього дефібрилятора (АЕD), який можна отримати в Американському товаристві Червоного Хреста й Американській асоціації серця, і де можна пройти відповідну сертифікацію персонального тренера у національно визнаних організаціях [627].

Такі вимоги, на нашу думку, досить показово демонструють вимоги ринку фітнес-послуг у США.

До цих організацій належать такі: Академія прикладного персонального тренінгу (The Academy of Applied Personal Training); Американський коледж спортивної медицини (The American College of Sports Medicine); Американська рада з фізичних вправ (The American Council on Exercise); Інститут Купера (The Cooper Institute); Міжнародна

асоціація фітнес-професіоналів (The International Fitness Professionals Association); Національна асоціація силового та кондиційного тренінгу (The National Strength and Conditioning Association) та ін.

Згідно з дослідженнями експертних організацій – Міжнародної асоціації здоров'я, тенісу та Асоціації спортивних клубів (International Health, Racquet & Sportsclub Association – IHRSA), до найбільш визнаних Національною комісією з сертифікації агентств (The National Commission for Certifying Agencies) організацій, які мають право видавати сертифікати фітнес-тренерам, відносяться Національний коледж спортивної медицини (The American College of Sports Medicine) та Національна асоціація силового та кондиційного тренінгу (The National Strength and Conditioning Association).

Американський коледж спортивної медицини, який був створений у 1954 році, вважається одним з перших агентств для сертифікації персональних тренерів. Він займається питаннями сертифікації професіоналів з таких спеціалізацій: 1. Оздоровчий фітнес (інструктор групових програм, персональний тренер). Потрібно мати освітній ступінь бакалавра з науки про вправи (Bachelor of Exercise Science), бакалавра з фізіології вправ (Bachelor of Exercise Physiology) або бакалавра з кінезіології (Bachelor of Exercise Kinesiology). 2. Клінічна сертифікація (фахівець з лікувальних фізичних вправ). Потрібно мати освітній ступінь магістра (Master's Degree) з науки про вправи (Exercise Science), з фізіології вправ (Exercise Physiology) або з кінезіології (Exercise Kinesiology). 3. Спеціалізована сертифікація (фахівець з тренування осіб з обмеженими можливостями, фахівець у галузі громадського здоров'я та фізичних вправ). Потрібно мати освітній ступінь бакалавра або магістра [553].

Національна асоціація силового та кондиційного тренінгу (National Strength and Conditioning Association – NSCA), яка нараховує понад 30000 членів, зареєстрованих у понад 50 країнах світу, пропонує програму підготовки персонального фітнес-тренера. Крім того, NSCA надає сертифікат «Фахівець з роботи зі спеціальними категоріями населення» (Certified Special Population Specialist – CSPS). До спеціальних груп населення зараховують осіб із хронічними або тимчасовими порушеннями стану здоров'я. В обов'язки фахівця з роботи зі спеціальними категоріями населення входить складання ефективних програм занять фізичними вправами, надання консультативного супроводу та допомоги клієнтам у досягненні їх особистісних цілей, а також надання допомоги за

непередбачених обставин. Для подання заявки на отримання такого сертифіката необхідно надати офіційні документи, що підтверджують наявність освітнього ступеня бакалавра з науки про вправи (Bachelor of Exercise Science) або академічного ступеня із суміжних спеціальностей. Зміст документальних матеріалів свідчить, що сертифікаційний іспит, який проводить NSCA, вважається найбільш складним порівняно з іншими подібними. Для одержання сертифіката кандидати повинні скласти 2,5-годинний письмовий екзамен зі 100 питань, спрямованих на перевірку знань з таких напрямків: базова патофізіологія і наука про стан здоров'я та захворювання; консалтинг клієнтів; складання програм занять; поведінка в надзвичайних ситуаціях та правові питання [630, с. 19-24].

Другий варіант отримання професії «фітнес-тренер» передбачає навчання в коледжі протягом двох років. За висновками експертів NSCA, після завершення програми на освітньому ступені «молодший спеціаліст» випускники мають право працювати персональними тренерами. За бажанням, фахівці такого рівня можуть пройти додаткову сертифікацію з різних спеціалізацій фітнесу [630, с. 19-24].

Рада з системи громадських коледжів Північної Кароліни (North Carolina Community College System) [647] надає перелік провідних закладів США, які забезпечують освітній ступінь молодшого спеціаліста або початкову вищу освіту (Associate in Applied Science) за спеціальністю «Наука про здоров'я» (The Health Sciences) та спеціалізацією «Наука про здоров'я та фітнес» (The Health and Fitness Science). До них належать такі коледжі: технічний коледж Ешвілл-Банкомбу (Asheville-Buncombe Technical Community College), коледж Бофорту (Beaufort Community College), коледж Брансвіку (Brunswick Community College), коледж Катоби (Catawba Valley Community College), технічний коледж Файєтвілю (Fayetteville Technical Community College), коледж Гастону (Gaston College), коледж центрального П'ємонту (Central Piedmont Community College), технічний коледж послуг (Wake Technical Community College), коледж Південної Кароліни (Coastal Carolina Community College) [571] і Сандхілз коледж (Sandhills Community College) [643].

У таблиці 2.2 подано фрагмент навчального плану Коледжу Південної Кароліни (Coastal Carolina Community College) для підготовки молодших спеціалістів за спеціалізацією «Наука про здоров'я та фітнес» («The Health and Fitness Science») [571].

Програма передбачає дворічний термін підготовки та отримання 69 загальних мінімальних семестрових кредит-годин.

Як видно з таблиці 2.2, уже на початковому етапі професійної освіти майбутні фітнес-тренери отримують значний обсяг фундаментальних знань з таких дисциплін, як: «Алгебра», «Менеджмент фітнес-організацій», «Загальна психологія», «Перша допомога та реанімаційні технології», «Нутріцевтика» та «Персональний тренінг».

Таблиця 2.2

**Фрагмент навчального плану Коледжу Південної Кароліни
(Coastal Carolina Community College) для підготовки молодших
спеціалістів за спеціалізацією «Наука про здоров'я та фітнес»
(The Health and Fitness Science)**

Код, назва дисциплін	Кількість годин		
	Лекції	Практичні заняття	Обсяг кредитів
Перший рік			
ACA 111: Навички навчання в коледжі (College Student Success)	1		1
BIO 168: Анатомія і фізіологія I (Anatomy and Physiology I)	3	3	4
CIS 110: Вступ в інформатику (Intro to Computers)	2	2	3
PSF 110: Наука про рухову активність (Exercise Science)	4		4
PSF 111: Тестування в фітнесі (Fitness & Exercise Testing I)	3	2	4
BIO 169: Анатомія і фізіологія II (Anatomy and Physiology II)	3	3	4
ENG 111: Написання твору (Writing and Inquiry)	3		3
PED110: Велнес та спосіб життя (Fit and Well for Life)	1	2	2
PED 120: Оздоровча ходьба (Walking For Fitness)		3	1
PED 121: Оздоровча ходьба та біг (Walk, Jog, Run)		3	1
PSF 116: Догляд при травмах (Pvnt & Care Exer Injuries)	2	2	3
COM 120: Вступ у соціологію (Intro Interpersonal Com)	3		3
ENG 112: Оформлення наукових досліджень (Writing/Research in the Disc)	3		3
PED 119: Метод колового тренування (Circuit Training)		3	1
PSY 150: Загальна психологія (General Psychology)	3		3
Гуманітарна дисципліна (на вибір) (Humanities/Fine Arts Elective)	3		3
Другий рік			
HEA 112: Перша допомога та реанімаційні технології (First Aid & CPR)	1	2	2
MAT 110: Математичні вимірювання (Math Measurement)	2	2	3
MAT 171: Алгебра (Precalculus Algebra)	3	2	4

PED 117: Силовий тренінг I (Weight Training I)		3	1
PED 122: Йога I (Yoga I)		2	1
PED 111: Фізичний фітнес (Physical Fitness)		3	1
PSF 120: Інструктаж у груповому фітнесі (Group Exercise Instruction)	2	2	3
PSF 218: Велнес та спосіб життя (Lifestyle Changes/Wellness)	3	2	4
BIO 155: Нутріцевтика (Nutrition)	3		3
PED 118: Силовий тренінг II (Weight Training II)		3	1
PSF 118: Менеджмент фітнес-організацій (Fitness Facility Management)	4		4
PSF 212: Програмування занять з фітнесу (Exercise Programming)	2	2	3
PSF 210: Персональний тренінг (Personal Training)	2	2	3

У США наявність профільної вищої освіти не є обов'язковою умовою для роботи фітнес-тренером (персональним тренером, тренером групових програм, тренером спеціалізованих програм). Проте, за даними Бюро трудової статистики США, значна кількість роботодавців у фітнес-індустрії вимагає у фахівців наявності освітнього ступеня бакалавра або магістра за спеціальностями спорідненими зі сферою фітнесу [631].

Т. Р. Бехль вказує, що академічний ступінь зі спортивної науки, фізичного виховання, кінезіології, фізіології людини або здоров'я людини є обов'язковою для тих фахівців, які планують працювати зі спортсменами, бажають консультувати клієнтів щодо збереження їх здоров'я та претендують на керівні посади [364, с. 666].

На даний період спостерігається тенденція формування системи підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти США. Аналіз діяльності таких закладів показав, що в США не існує єдиної системи фахової академічної підготовки тренерів для сфери фітнесу [631].

В останні роки в країні з'явилися фахові бакалаврські навчальні програми зі спеціалізацією в сфері фітнесу. Подібні програми пропонуються в межах таких спеціальностей, як: «Здоров'я та благополуччя», «Кінезіологія», «Фізичне виховання», «Силовий та кондиційний тренінг» та ін. Для отримання ступеня бакалавра необхідно виконати програму навчання обсягом 120-130 залікових одиниць. Відповідні програми пропонуються як у формі стаціонарного

навчання, так і дистанційно. Деякі організації, наприклад, Національна академія спортивної медицини (NASM) та Американський коледж спортивної медицини (ACSM), пропонують закладам вищої освіти академічні програми та програми підвищення кваліфікації, а також сприяють залученню абітурієнтів і працевлаштуванню випускників [553].

Університет Фіндлі (The University of Findlay) є одним з 57 закладів вищої освіти, які пропонують навчальну програму, визнану Національною асоціацією силового та кондиційного тренінгу (National Strength and Conditioning Association). Університет здійснює підготовку бакалаврів з силового та кондиційного тренінгу (Bachelor's degree in strength and conditioning). У програму внесено 33 кредити базового професійного блоку та 23 кредити спеціального професійного блоку.

До дисциплін базового блоку належать такі: «Вступ в анатомію та фізіологію» (BIOL 201 «Introduction to Anatomy and Physiology») – 4 кредити; «Анатомія та фізіологія людини» (BIOL 322 «Human Anatomy & Physiology») – 8 кредитів; «Вступ до спеціальності» (HEPR 150 «Introduction to Health Professions») – 1 кредит; «Харчування людини» (HEPR 205 «Human Nutrition») – 3 кредити; «Медична термінологія» (HEPR 220 «Medical Terminology») – 3 кредити; «Перша допомога та догляд при спортивних травмах» (HPE 205 «First Aid and Care of Athletic Injuries») – 2 кредити; «Фізіологія рухової активності» (HPE 308 «Physiology of Exercise») – 3 кредити; «Кінезіологія / Біомеханіка» (PHED 336 «Kinesiology / Biomechanics») – 3 кредити; «Загальна психологія» (PSYC 100 «General Psychology») – 3 кредити.

До спеціального професійного блоку дисциплін відносяться такі: «Силовий тренінг» (SCON 101 «Strength Training and Exercise») – 1 кредит; «Персональний тренінг I» (SCON 220 «Personal Training I») – 2 кредити; «Персональний тренінг II» (SCON 221 «Personal Training II») – 2 кредити; «Практикум: Персональний тренінг» (SCON 227 «Practicum: Personal Training») – 1 кредит; «Практикум: управління спортивними об'єктами» (SCON 228 «Practicum: Athletic Facility Management») – 1 кредит; «Структурна кінезіологія» (SCON 341 «Structural Kinesiology») – 3 кредити; «Фізіологічні основи роботи зі спортсменами» (SCON 360 «Physiology of Exercise Prescription with the Athletic Population») –

2 кредити; «Фізіологічні основи роботи із дорослими та спеціальними категоріями населення» (SCON 361 «Physiology of Exercise Prescription with Adults and Special Populations») – 2 кредити; «Вторинна профілактика у кардіології» (SCON 365 «Post-Cardiac Rehabilitation») – 1 кредит; «Силовий та кондиційний тренінг I» (SCON 370 «Strength and Conditioning I») – 3 кредити; «Силовий та кондиційний тренінг II» (SCON 371 «Strength and Conditioning II») – 3 кредити; «Практикум: Силовий та кондиційний тренінг» (SCON 421 «Practicum: Strength and Conditioning») – 2 кредити [663].

В Університеті Техасу в м. Остін (The University of Texas Austin) здійснюється підготовка бакалаврів наук за спеціальністю «Наука про вправу» («The Exercise Science») та спеціалізацією «Інструктор з оздоровчого фітнесу» («The Health Fitness Instructor»). Студентам необхідно отримати 120 семестрових кредит-годин та оволодіти обов'язковою, спеціальною та вибірковою програмами (табл. 2.3). До обов'язкової програми (University Core Curriculum), на яку відводиться 42 години, входять такі дисципліни, як: «Риторика та твір» (UGS 302 «English Composition Humanities»); «Уряд Техасу та США» (E 316K «American & Texas Government»); «Історія США» («U.S.History» «American History»); «Соціальні науки» (PSY 301 «Social Science»); «Математика» (M 408C «Mathematics»); «Природничі науки» (CH 301 «Natural Sciences»); «Акторська майстерність» («Visual & Performing Arts»); «Технології написання наукових робіт» («University Flags»); «Іноземна мова» («Language other than English»); «Фізіологічні засади кондиційного тренінгу» (KIN 310 «Physiological Basis of Conditioning»); «Управління фізичною активністю та спортивними програмами» (KIN 312M «Management of Physical Activity & Sport Programs»); «Розвиток рухових навичок» (KIN 315 «Motor Learning»); «Здоров'я дітей, підлітків та дорослого населення» (HED 329K «Child, Adolescent & Adult Health»); «Історичні та етичні проблеми у фізичній культурі та спорті» (KIN 347 «Historical & Ethical Issues in Physical Culture & Sports»).

Треба зазначити, що в цьому університеті критерієм переходу на інший модуль є оцінка «С» та оцінки А і В [669].

Таблиця 2.3

Фрагмент навчального плану Університету Техасу (The University of Texas Austin) для підготовки бакалавра наук за спеціальністю «Наука про фізичні вправи» («The Exercise Science») та спеціалізацією «Інструктор оздоровчого фітнесу» («The Health Fitness Instructor»)

Код	Назва дисциплін	
Спеціальний обов'язковий блок «Наука про рухову активність» (Exercise Science) – 18 годин		
KIN 321M	Розвиток рухових навичок	Motor Development & Performance
KIN 322	Діагностика та оцінка в фітнесі	Diagnosis & Evaluation of Fitness
KIN 324K	Прикладна анатомія людини	Applied Human Anatomy
KIN 325K	Фізіологія рухової активності	Physiology of Exercise
KIN 326K	Біомеханічний аналіз рухів	Biomechanical Analysis of Movement
KIN 336	Нейром'язова регуляція	Neuromuscular Control
Спеціалізація: «Інструктор оздоровчого фітнесу» («Health Fitness Instructor») – 18 годин		
NTR 306N	Основи харчування	Fundamentals of Nutrition
KIN 322	Діагностика & оцінка в фітнесі	Diagnosis & Evaluation of Fitness
KIN 332	Техніки лідерства у фітнесі	Techniques of Fitness Leadership
KIN 327L	Стажування – Науково-дослідницька діяльність або	Fieldwork – Clinical Exercise Testing or
KIN 327L	Стажування – Персональний тренінг	Fieldwork – Personal Training
KIN 627L	Стажування в оздоровчому фітнесі	Internship in Health Fitness
Спеціалізація: «Медичний фітнес та реабілітація» («Medical Fitness & Rehabilitation») - 18 годин		
KIN 322	Діагностика & оцінка в фітнесі	Diagnosis & Evaluation of Fitness
KIN 332	Техніки лідерства у фітнесі	Techniques of Fitness Leadership
KIN 327L	Персональний тренінг	Fieldwork – Personal Training
KIN 327L	Медичний фітнес	Fieldwork – Medical Fitness
KIN 627L:	Стажування в клініці	Internship (Hospital based)
Факультативні дисципліни (кількість годин є різною) (Electives (hours vary))		

Відомо, що Університет Аляски в Анкоріджі (The University of Alaska Anchorage) здійснює підготовку бакалаврів наук з фізичного виховання (Bachelor of Science in Physical Education) та за спеціалізацією «Лідерство в фітнесі» (The Fitness Leadership). Програму розроблено відповідно до вимог Американської ради з рухової активності (The American Council on Exercise) та Американського коледжу спортивної медицини (The American College of Sports Medicine). У цьому університеті

для отримання відповідної кваліфікації студент повинен отримати оцінку не нижче «В» за кожною з представлених дисциплін (табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Фрагмент навчального плану Університету Аляски в Анкоріджі (The University of Alaska Anchorage) для підготовки бакалавра наук з фізичного виховання (Bachelor of Science in Physical Education) та спеціалізацією «Лідерство в фітнесі» (The Fitness Leadership)

Код	Назва дисциплін		Обсяг кредитів
Обов'язкові дисципліни			
DN A101	Принципи харчування	Principles of Nutrition or	3
DN A203	Нутріціологія в науці про здоров'я	Nutrition for Health Sciences	3
PER A112	Перша допомога та реанімаційні технології	First Aid and CPR for Professionals	1
PER A115	Лідерство в фітнесі (груповий та персональний тренінг)	Fitness Leadership/Group Fitness and Personal Training	3
Вибіркові дисципліни			
Для спеціалізації «Тренер групових програм» («Group Fitness Leader»)			
PER A116	Методи в груповому форматі фітнес-програм	Techniques in Group Fitness Instruction	2
	Дисципліна на вибір	Discipline to choose from	1
Для спеціалізації «Персональний тренер» («Personal Training»)			
PER A117	Методи в персональному форматі фітнес-програм	Techniques in Personal Training	2
PER A118	Початковий курс силового фітнесу	Beginning Weight Training	1

Комплексна програма навчання студентів передбачає оволодіння обов'язковими дисциплінами (10 кредитів) та навчання за спеціалізаціями «Тренер групових програм» («Group Fitness Leader») або «Персональний тренер» («Personal Training») (3 кредити) [659].

В Університеті Мічигану (The University of Michigan) з 2013 року здійснюється підготовка бакалаврів наук (Bachelor of Science) зі спеціальності «Здоров'я та фітнес» (The Health and Fitness). Після закінчення чотирьох років навчання за відповідною навчальною програмою, студенти повинні скласти екзамен в Американському коледжі спортивної медицини (The American College of Sports Medicine) для отримання дозволу на роботу. У таблиці 2.5 подано фрагмент навчального плану підготовки бакалаврів наук (Bachelor of Science) зі спеціальності «Здоров'я та фітнес» (The Health and Fitness) [665].

Таблиця 2.5

Фрагмент навчального плану Університету Мічигану (The University of Michigan) для підготовки бакалаврів наук (Bachelor of Science) зі спеціальності «Здоров'я та фітнес» (The Health and Fitness)

Код	Назва дисциплін		Обсяг кредитів
HF 218	Поведінка у надзвичайних ситуаціях	Emergency Response	3
HF 241	Вправи, харчування та контроль маси тіла	Exercise, Nutrition and Weight Control	3
HF 242	Основи спортивної фізіології	Essentials of Exercise Physiology	3
HF 251	Технології в галузі здоров'я та фітнесу	Technology in Health and Fitness	3
HF 331	Біомеханіка у спорті та фітнесі	Biomechanics of Sport and Fitness	3
HF 332	Принципи фізичного виховання	Principles of Motor Behavior	3
HF 333	Юридичні питання в спорті та фітнесі	Legal Issues in Sport and Fitness	3
HF 425	Фізична активність та дитяча інвалідність	Physical Activity and Pediatric Disabilities	3
HF 434	Етичні аспекти управління в індустрії спорту та фітнесу	Managerial Ethics in the Sport & Fitness Industries	3
HF 437	Психологічні аспекти спорту та фізичної активності	Psychological Aspects of Sport and Exercise	3
HF 446	Роль соціальних факторів у формуванні звички до регулярної фізичної активності	The Role of Social Factors in Shaping Physical Activity Behavior	3

Аналіз нормативних документів свідчить про те, що у США наявність у фахівця освітнього ступеня «магістр» (Master of Science) не є обов'язковою для роботи фітнес-тренером [562]. Проте, в університетах США є можливість продовжити фахову освіту за спеціальністю «Наука про рухову активність» («Exercise Science») та спеціалізацією «Здоров'я та Велнес» («Health and Wellness»).

Провідним закладом вищої освіти, який здійснює подібну підготовку є Університет Південної Флориди (The University of South Florida) у м. Тампа. Програма підготовки у цьому університеті розрахована на 36 семестрових кредит-годин, у тому числі 7 семестрових кредит-годин належать до обов'язкових базових дисциплін і 21 семестрова кредит-година – до спеціалізованих дисциплін (залежно від професійних інтересів).

До обов'язкових базових дисциплін, на які відводиться 7 семестрових кредит-годин, включено такі дисципліни: «Методика

наукових досліджень у науці про рухову активність» (PET 6534 «Research Methods in Exercise Science») – 3 семестрові кредит-години; «Статистичний аналіз» (EDF 6407 «Statistical Analysis») – 4 семестрові кредит-години.

До спеціалізованих дисциплін, на які відводиться 21 семестрова кредит-година, віднесено такі дисципліни: «Фізіологія рухової активності» (АРК 6406 «Psychology of Exercise»); «Кардіореспіраторні аспекти фізіології рухової активності» (АРК 6109 «Cardiorespiratory Aspects of Exercise Physiology»); «Оцінювання та складання програм у фітнесі» (PET 6389 «Fitness and Assessment and Prescription»); «Фітнес як складова повсякденного життя» (PET 6086 «Lifespan Fitness»); «Оцінка композиції тіла та методи її корекції» (PET 6085 «Body Composition Assessment and Management»); «Рухова активність, здоров'я та хвороби» (PET 6388 «Physical activity, health and disease»); «Нервово-м'язові аспекти фізіології рухової активності»; «Теорії та моделі здоров'я» (PET 6003 «Theories & Models of Health and Physical Activity»); курс на вибір (electives) [667].

Аналіз навчальних планів університетів дозволив нам з'ясувати принципи розрахунку навантаження. Нами встановлено, що семестрова година є терміном, який використовується для опису кількості кредитів, отриманих студентом за успішне закінчення навчальної дисципліни. Семестрова година еквівалентна одній 50-хвилинній лекції на тиждень або двум 50-хвилинним практичним (лабораторним) заняттям на тиждень протягом 16-тижневого семестру. Кількість семестрових кредит-годин з тієї чи іншої дисципліни не обов'язково відповідає кількості годин, проведених в аудиторії. За виконання кожної навчальної програми студент отримує залікові одиниці. Зазвичай, це 3-4 залікові одиниці за програму.

Як вважає Л. С. Дохікян, форми контролю та оцінювання результатів навчально-пізнавальної діяльності студентів в американській вищій школі мають переваги порівняно з передбаченою Болонською конвенцією кредитно-заліковою системою, так як ці форми орієнтовані на вимір результатів оволодіння освітніми програмами і середнього рівня успішності студента. Кредитно-накопичувальна система залікових одиниць USCS (United States Credit System) визначає кредит як одиницю оцінювання результатів оволодіння освітніми програмами. Це дає

можливість оперативно коригувати напрямки навчання студентів з урахуванням їх індивідуальних здібностей та відповідає потребам суспільства у фахівців різного рівня кваліфікації [169, с. 5-7].

У зв'язку з цим, цікавим, на нашу думку, є досвід діяльності Колумбійського університету у м. Нью-Йорк (Columbia University in the city of New York), в якому запроваджені такі механізми регулювання навчального процесу: 1) оцінювання знань студентів за середньою «кривою» успішності групи; 2) автоматичний рейтинг студентів за всіма видами робіт за індивідуальним планом; 3) отримання оцінки нижче «В» та факт списування є підставою для виключення з ВНЗ в наступному семестрі; 4) існування інституту ТА (Teachers's Assistant), коли асистенти викладачів виконують перевірку домашніх завдань, відповідають на питання студентів. При цьому асистентів набирають з числа студентів, яким ця робота оплачується; 5) викладачі оцінюються за багатьма показниками (в тому числі, коментарями студентів), які аналізуються керівництвом та мають вирішальне значення про продовження або розірвання контрактів [572].

За останні роки у системі академічної вищої освіти набуває перспективності такий напрям, як «медичний фітнес». Відповідну підготовку фахівців здійснює Інститут технологій фітнесу (The Fitness Institute of Technology). Програми інституту акредитовані Міжнародною асоціацією неперервної освіти (The International Association of Continuing Education and Training – IACET). Навчальні програми розроблено за співробітництва з Американською академією геронтологічної медицини (The American Academy of Anti-Aging Medicine), Американським коледжем професіоналів геронтологічної спортивної медицини (The American College of Anti-Aging Sports Medicine Professionals) та іншими медичними закладами. Навчання в інституті дозволяє отримати ступінь бакалавра, магістра та доктора прикладних наук за спеціальністю «Оздоровчий фітнес» (Bachelor of Science, Master of Science, Doctor of Philosophy in the Applied Science of Fitness Training).

Для отримання ступеня «бакалавр» у першому семестрі студентам пропонується вивчити такі дисципліни: «Персональний фітнес-тренер» («Personal Fitness Trainer»); «Консультант зі спортивного харчування» («Sports Nutrition Coach»); «Груповий фітнес-тренер» («Group Fitness

Instructor»); «Фахівець з бодібілдингу» («Body Building Specialist»); «Фахівець з кондиційного тренінгу» («Sports Conditioning Specialist»).

У другому семестрі визначено такий перелік дисциплін: «Персональний фітнес-тренер (середній рівень)» («Advanced Personal Fitness Trainer»); «Інструктор з силового тренінгу» («Weight Management Instructor»); «Тренер з функціонального тренінгу» («Functional Trainer»); «Фахівець з надання консалтингових послуг у фітнесі» («Fitness Consulting Specialist»); «Фітнес інструктор для тренування жінок» («Women's Fitness Instructor»).

У третьому семестрі студенти вивчають такі дисципліни: «Інструктор з фітнесу для молоді» («Youth Fitness Instructor»); «Інструктор з фітнесу для осіб похилого віку» («Senior Fitness Instructor»); «Фахівець з побудови фітнес-програм» («Program Design Specialist»); «Персональний фітнес тренер I (рівень майстра)» («Master Personal Fitness Trainer I»).

Четвертий семестр присвячено вивченню таких дисциплін, як: «Персональний фітнес тренер II (рівень майстра)» («Master Personal Fitness Trainer II»); «Консультант зі спортивного харчування (середній рівень)» («Advanced Sports Nutrition Coach»); «Консультант зі здорового способу життя I» («Lifestyle Fitness Coach I»); «Фітнес-менеджер» («Fitness Facility Manager»); «Тренер з розвитку гнучкості» («Flexibility Coach»). Крім того, у цьому закладі вищої освіти пропонується комбінована програма «Фітнес-тренінг&Спеціалізація з медичного фітнесу» («Fitness Training & Medical Fitness Specialization»). За цією програмою додатково вивчаються такі дисципліни, як: «Фахівець з вторинної реабілітації» («Post/Secondary Rehab Specialist»); «Анатомія» («Anatomy»); «Фізіологія» («Physiology»); «Консультант зі здорового способу життя II» («Lifestyle Fitness Coach II»); «Фахівець з фітнес-діагностики» («Fitness Assessment Specialist»); «Керівник програм» («Exercise Management»); «Кінезіологія» («Kinesiology»); «Біомеханіка» («Biomechanics»); «Тренер з розвитку силових здібностей» («Strength Band and Ball Trainer»); «Фахівець з розвитку швидкісно-силових здібностей» («Speed and Power Specialist»); «Фахівець з програмування занять» («Exercise Prescription Specialist») [597].

Канада. У різних регіонах Канади вимоги до стартової освіти для вступу у заклади вищої освіти розрізняються.

Для отримання атестата про середню освіту в провінції Онтаріо, де знаходиться, наприклад, Домініон коледж (Dominion College), необхідно отримати 30 заліків або кредитів. Але для вступу до університету без іспитів цього недостатньо: потрібно, щоб шість з них були не простими, а «академічними» (Ontario Academic Credits – OAC), що виставляються Міністерством освіти Онтаріо. У цілому, ця система відповідає британським рівням A- і AS-Levels. Усі вищі навчальні заклади дотримуються державного стандарту та об'єднані в асоціацію Університетів та коледжів Канади (Association of Universities and Colleges of Canada – AUCC). До асоціації входить понад 90% всіх університетів. У Квебеку діє своя система коледжів загальної та професійної освіти (CEGEPs). Усі громадські коледжі об'єднані в Асоціацію канадських суспільних коледжів (Association of Canadian Community Colleges – ACCC) [554].

У Канаді, як і в США, існує система практичної освіти, спрямованої на отримання професійних навичок для роботи фітнес-тренером.

Значною популярністю користується Національний Інститут персонального тренінгу (National Personal Training Institute – NPTI), який є академічним партнером Національної академії спортивної медицини та Університету Північної Кароліни в США. Навчальна програма передбачає оволодіння теоретичними знаннями обсягом 300 аудиторних годин і набуття практичних навичок обсягом 200 годин.

Перевагами навчання в цьому закладі вищої освіти є те, що, по-перше, після закінчення студент отримує державний диплом (а не сертифікат), який відповідає академічному рівню молодшого спеціаліста; по-друге, випускник отримує сертифікат про проходження курсу реанімації та першої медичної допомоги (CPR / First Aid / AED Certifications).

У таблиці 2.6 представлено фрагмент навчального плану Національного Інституту персонального тренінгу (National Personal Training Institute) для підготовки молодшого спеціаліста за спеціальністю «Персональний тренінг» («Personal Training») [628].

Як видно з табл. 2.6, значний обсяг годин відводиться на такі дисципліни, як: «Програма занять на тренажерах для розвитку силових здібностей» (145); «Анатомія та фізіологія людини» (100); «Харчування» (100); «Стажування» (50). Важливим, на нашу думку, є те, що студентам пропонується дисципліна «Прихильність та мотивація» («Adherence &

Motivation») та «Етикет у фітнес-центрі» («Fitness Center Etiquette»), «Продаж і маркетинг у фітнесі» («Fitness Sales and Marketing»).

Таблиця 2.6

Фрагмент навчального плану Національного Інституту персонального тренінгу (National Personal Training Institute) для підготовки молодшого спеціаліста за спеціальністю «Персональний тренінг» («Personal Training»)

Назва дисциплін		Обсяг годин
Основи законодавства та бізнес-менеджмент	Legal Guidelines & Business Management	8
Діагностика здоров'я у фітнесі	Health Screening & Fitness	8
Аеробний фітнес	Cardio Respiratory Fitness	24
Сила та витривалість	Muscular Strength & Endurance	3
Програма занять на тренажерах для розвитку силових здібностей	Strength Training Program Design	145
Комунікації та навчання	Communication & Teaching	2
Рухливість та гнучкість	Flexibility & Stretching	6
Анатомія та фізіологія людини	Human Anatomy & Physiology	100
Харчування	Nutrition	100
Травми опорно-рухового апарату, перша допомога та реабілітація	Musculoskeletal Injuries, Emergency Procedures & Injury Rehab	10
Реклама та маркетинг у персональному тренінгу	Personal Training Advertising & Marketing	2
Прихильність і мотивація	Adherence & Motivation	3
Етикет у фітнес-центрі	Fitness Center Etiquette	3
Посада фітнес-директора	Fitness Director Position	2
Відділ продажів і маркетингу у фітнес-центрі	Fitness Center Sales & Marketing	3
Продаж і маркетинг у фітнесі	Fitness Sales and Marketing	4
Граничні та патологічні стани здоров'я	Special Health Concerns	2
Перша медична допомога та серцево-легенева реанімація	CPR & First Aid	5
Поточні заняття	Current Events	3
Підсумковий огляд та тестування (теорія)	Final Review & Test (Theory)	9
Підсумковий огляд та тестування (практика)	Final Review & Test (Practical)	8
Стажування	Practical	50
Усього		500

Аналіз навчальних програм коледжів та університетів Канади свідчить про недостатню увагу, яку приділяють професійній підготовці

фахівців для сфери фітнесу. Так, в Університеті Альберта (The University of Alberta) на факультеті фізичного виховання та рекреації здійснюється підготовка бакалаврів з рекреації, туризму (Bachelor of Arts in Recreation, Bachelor of Arts in Sport and Tourism) та кінезіології (Bachelor of Kinesiology). Термін навчання складає 4 роки, що відповідає 120 кредитам.

На другому курсі студенти мають змогу обрати спеціалізацію «Фізична активність і здоров'я» («Physical Activity and Health») із відповідними дисциплінами. Наголошується, що випускники, які успішно оволоділи навчальною програмою, мають змогу працювати інструктором з фітнесу чи персональним фітнес-тренером. Проте аналіз дисциплін, які пропонуються цією програмою, не дозволяє зробити висновок про очікувану готовність фахівців до роботи фітнес-тренером після закінчення вищого навчального закладу [660]. Подібні тенденції щодо навчальних програм існують і в університеті Гранта МакЕвана (Grant MacEvan University) [604], університеті Манітоби у Вінніпезі (The University of Manitoba) [664], університеті Ніпіссінг (Nipissing University) [629] та ін..

Таким чином, аналіз особливостей професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у США та Канаді дозволив з'ясувати, що система бакалаврату та магістратури є надзвичайно варіативними. Аналіз структури підготовки фітнес-тренерів у США показав, що переважна більшість установ, які здійснюють підготовку та сертифікують майбутніх фахівців для сфери фітнесу, є недержавними, комерційними та некомерційними організаціями. Ці організації забезпечують освіту на рівні молодшого спеціаліста, при цьому в США цей рівень вважається ланкою вищої освіти. Спостерігається відсутність єдиних стандартів щодо переліку професійних компетенцій фітнес-тренерів. В останні роки на ринку освітніх послуг з'являються фахові бакалаврські та магістерські навчальні програми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах, які здійснюються, зокрема в університеті Фіндлі (The University of Findlay), університеті Південної Флориди (The University of South Florida), університеті Мічигану (The University of Michigan) та університеті Аляски в Анкоріджі (The University of Alaska Anchorage). Специфічним є те, що навчальні програми розробляються не самими університетами, а професійними асоціаціями, які відслідковують тенденції та сучасні вимоги ринку фітнес-послуг. У США вища освіта майбутніх фітнес-тренерів має гнучкий та багатоступеневий характер.

Значною популярністю серед абітурієнтів користуються програми медичного фітнесу, які пропонуються на рівні бакалавра або магістра.

У Канаді заклади вищої освіти дотримуються державного стандарту та об'єднані в Асоціацію Університетів та коледжів Канади (The Association of Universities and Colleges of Canada). Проте в академічних вищих навчальних закладах, які готують бакалаврів і магістрів за спеціальностями «Кінезіологія», «Рекреація», «Спорт» та «Туризм», навчання майбутніх фітнес-тренерів не здійснюється. У Канаді, подібно до американської моделі, діє система підготовки в приватних навчальних закладах майбутніх фітнес-тренерів на рівні молодшого спеціаліста.

2.2. Специфіка професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти Великої Британії

За дослідженнями Конфедерації з найму та працевлаштування (Recruitment & Employment Confederation – REC), професія «фітнес-тренер» знаходиться в рейтингу перших двадцяти професій, які користуються значним попитом [639].

У Великій Британії, як передбачено Національною рамкою кваліфікацій (Qualification Credit Framework – QCF), розрізняють 2 типи вищої освіти: вища професійно-технічна освіта або «подальша освіта» («further education») та вища академічна.

Відповідно до законодавства цієї країни всі професійні кваліфікації класифікують за 8 рівнями, які відповідають рівню навчання в середній школі, подальшому навчанні, професійно-технічній та вищій школах. Перший рівень освіти характеризується навчанням у школі та отриманням атестата про загальну середню освіту. На другому рівні освіти, після відповідного навчання, можна отримати сертифікат про початкову професійну освіту. Третій рівень кваліфікації забезпечуються навчанням у професійно-технічних школах, кар'єрних коледжах, університетах і завершується отриманням кваліфікації або сертифіката спеціаліста. Четвертий рівень завершується отриманням диплома вищої освіти (Higher National Diploma – HND), а п'ятий – одержанням Національного сертифіката вищої освіти (Higher National Certificate – HNC). Такий диплом вміщує 240 кредитів за системою Великої Британії або 120 за європейською системою. Шостий рівень освіти відповідає ступеню

бакалавра наук. Сьомий – ступеню магістра, а восьмий – доктора наук [638].

У Великій Британії існує Реєстр фітнес-професіоналів (The Register of Exercise Professionals – REPS), який регулює ринок послуг професійних фітнес-тренерів, забезпечує відповідність національним стандартам і Кодексу професійної етики, здійснює юридичний захист фахівців і населення. Згідно з положеннями Реєстру, навчання майбутнього фітнес-тренера на курсах та отримання сертифіката (диплома) за різними спеціалізаціями фітнесу відповідає другому, третьому та четвертому рівням кваліфікації. Після закінчення навчання є можливість отримати такі документи: Сертифікат лідерської діяльності (Certificate in Activity Leadership, Level 2); Диплом інструктора з рухової діяльності та фітнесу (Diploma in Instructing Exercise and Fitness, Level 2); Сертифікат з обслуговування клієнтів (Certificate in Customer Service, Level 2); Диплом спортивного та активного дозвілля (Diploma in Sport and Active Leisure, Level 2); Сертифікат персонального тренера (Certified Personal Trainer, Level 3); Диплом персонального тренера (Diploma in Personal Trainer, Level 4).

Четвертий рівень кваліфікації фітнес-тренера обумовлює отримання сертифіката або диплома про відповідний академічний ступень, який дозволяє працювати зі спеціальними категоріями населення [640].

За вимогами британського законодавства для підтвердження кваліфікації фахівці (незалежно від рівня освіти) повинні проходити навчання на курсах з метою отримання ліцензії на право працювати за фахом. Студенти мають змогу оволодіти навичками з таких спеціалізацій фітнесу: «Інструктор гімнастики», «Аква-тренер», «Інструктор групових занять під музикальний супровід», «Персональний тренер», «Тренер з йоги», «Інструктор з Пілатесу», «Інструктор з вправ», «Інструктор для роботи зі спеціальними категоріями населення», «Викладач танців» та ін. [567, 573].

У Великій Британії до організацій, які мають право здійснювати навчання та сертифікацію фітнес-тренерів від другого до четвертого рівнів за Національною рамкою кваліфікацій належать: Active IQ [544], Central YMCA Qualifications (CYQ) [568], City And Guilds [570].

Відомим закладом професійної освіти у Великобританії є Міжнародний навчальний центр «Прем'єр» (Premier Training International), який має філіали в 40 містах країни. Центр пропонує оволодіння програмами, тривалість кожної з яких становить 8-10 тижнів. Студенти

навчаються як стаціонарно, так і дистанційно, складають іспити та забезпечуються навчальною літературою та відеоматеріалами.

Навчання в Міжнародному навчальному центрі «Прем'єр» (Premier Training International), забезпечує можливість отримати наступні документи про спеціальну освіту: Сертифікат у фітнес-інструктажі, рівень 2 (Certificate in Fitness Instructing, Level 2); Сертифікат викладача з тренування та фітнесу, рівень 2 (Certificate in Teaching Exercise and Fitness, Level 2); Диплом фітнес-інструктора, рівень 2 (Diploma in Fitness Instructing, Level 2); Диплом фітнес-інструктора та персонального тренера, рівень 3 (Diploma in Fitness Instructing and Personal Training, Level 3); Сертифікат персонального тренера, рівень 3 (Certificate in Personal Training, Level 3); Диплом з напрямів фізичної активності, рівень 3 (Diploma in Exercise Referral, Level 3); Сертифікат з фізичної активності та стратегій поведінки при болях у спині, рівень 4 (Certificate in Physical Activity and Lifestyle Strategies for Managing Low Back Pain, Level 4); Диплом спеціаліста з вправ / захворювання спини, рівень 4 (Diploma in Specialist Exercise / Low Back Pain, Level 4); Диплом спеціаліста з вправ / ожиріння та діабет, рівень 4 (Diploma in Specialist Exercise / Obesity and Diabetes, Level 4) [636].

До навчального закладу, який здійснює професійну підготовку фахівців для сфери фітнесу на рівні 4 та 5, відноситься Регіональний коледж Кембриджу (Cambridge Regional College), для вступу до якого необхідно мати сертифікати 3 рівня зі спеціалізацій фітнесу. Після закінчення коледжу випускники отримують документ про вищу освіту – Диплом зі спорту (Diploma in Sport) за спеціальністю «Коучинг і спортивний розвиток» («Coaching & Sports Development»). Тривалість навчання складає один рік. Навчальний план за цією програмою передбачає вивчення таких дисциплін: «Психологічні засади спорту та фізичної активності» («Sport and Exercise Psychology»); «Основи фітнес-тестування» («Field-based Fitness Testing for Sport and Exercise»); «Методи спортивного тренування» («Applied Sports Coaching»); «Індустрія спорту та рекреації» («The Sport and Leisure Industry»); «Науково-дослідницька діяльність» («Work-based Experience»); «Спортивний масаж» («Sport and Exercise Massage»); «Принципи спортивного тренування» («Principles of Sports Coaching») [565].

В Університеті Центрального Ланкаширу в Престоні (The University of Central Lancashire) здійснюється підготовка бакалаврів за спеціалізацією «Персональний фітнес-тренінг». Цей Університет є одним з найвизначніших університетів Великої Британії та світу [661].

У таблиці 2.7 представлено фрагмент навчального плану підготовки бакалавра за спеціальністю «Науки про харчування та фізичні вправи» й спеціалізацією «Персональний фітнес-тренінг» (Bachelor of Science, Nutrition and Exercise Sciences (Personal Fitness Training)).

Таблиця 2.7

Фрагмент навчального плану Університету Центрального Ланкаширу (The University of Central Lancashire) для підготовки бакалавра за спеціальністю «Науки про харчування та фізичні вправи» (спеціалізація «Персональний фітнес-тренінг») («Bachelor of Science, Nutrition and Exercise Sciences» (Personal Fitness Training))

Рік	Код	Назва дисциплін	Обсяг ECTS
1 рік	XS1200	Вступ до фізіології людини (Introduction to Applied Human Physiology)	20
	XS1202	Вступ до біології (Introduction to Biology)	20
	XS1600	Вступ до харчування (Introduction to Nutrition)	20
	XS1700	Вступ до наукових досліджень (Introduction to Research Methods)	20
	HS1100	Здоров'я та соціальні науки (Health and The Social Sciences)	20
	XS1106	Вступ до лідерства у фітнесі (на вибір) (Introduction to Exercise Leadership & Gym Orientation (option))	20
	XS1500	Оздоровчий фітнес та працездатність (Health Fitness and Performance (option))	20
	AL****	Мова (на вибір) (Language (option))	20
2 рік	XS2200	Фізіологія рухової активності (Physiology of Human Performance)	20
	XS2600	Оздоровче харчування (Nutrition for Life)	20
	PS2710	Методи дослідження (Research Methods)	20
	TL2130	Здоров'я та фітнес (Health & Fitness)	20
	XS2500	Основи спортивного та кондиційного тренування (на вибір) (Essentials of Sports Training and Conditioning (option))	20
	XS2601	Спортивне харчування (на вибір) (Sport Nutrition (option))	20
	TL2066	Експериментальне навчання (на вибір) (Experiential Learning (option))	20
		AL****	Мова (на вибір) (Language (option))
3 рік	XS3900	Дослідницький проект (Research Project)	40
	TL3153	Фітнес-тренінг:поглиблений курс (Advances in Fitness Training)	20
	XS3200	Напрями фітнесу (Exercise Referral)	20
	TL3104	Консультавання проекту (Consultancy Project)	20
	XS3203	Проблеми рухової активності населення (на вибір) (Current Topics in Population Health and Exercise (option))	20
	XS3204	Сучасні методи діагностики фізичного стану (на вибір) (Advanced Methods in Performance Assessment and Conditioning (option))	20
	XS3601	Харчування та здоров'я (Nutrition and Health)	20
	PS3035	Фізіологія харчування у фітнесі (The Psychology of Diet and Exercise (option))	20
Усього			360

У структурному підрозділі Університету, Школі спорту та гарного самопочуття (The School of Sport and Wellbeing), можна отримати декілька кваліфікацій.

До них відносяться такі: бакалавр наук за спеціальністю «Науки про харчування та вправи» (спеціалізація: «Персональний фітнес-тренінг») (Bachelor of Science, Nutrition and Exercise Sciences (Personal Fitness Training)) та бакалавр за спеціальністю «Наука про харчування та вправи» (спеціалізація «Харчування людини») (Bachelor of Science, Nutrition and Exercise Sciences (Human Nutrition)). Крім того, є можливість закінчити програму магістратури та отримати ступінь магістра наук за спеціальністю «Наука про спорт та вправи» (Sport and Exercise Science, Master of Science.); магістра наук за спеціальністю «Спорт та біомеханіка вправ» (Sport and Exercise Biomechanics, Master of Science).

На першому році навчання студент повинен отримати 120 кредитів, що є еквівалентом Сертифікату про вищу освіту за спеціальністю «Наука про харчування та фізичні вправи» (Certificate of Higher Education in Nutrition and Exercise Sciences). На другому році навчання також передбачено отримання 120 кредитів. Загалом за три роки студент має отримати мінімум 360 кредитів та досягти ступеня бакалавра за спеціальністю «Науки про харчування та фізичні вправи» (спеціалізація «Персональний фітнес-тренінг») [661].

Підготовкою кадрів для сфери спорту, фізичного виховання та охорони здоров'я займаються й інші вищі навчальні заклади академічного типу. Так, у Лондонському університеті Кінгстону (Kingston University London) [613], Англійському університеті Раскіну (Anglia Ruskin University) [552] та інших здійснюється підготовка бакалаврів зі спортивних наук (Bachelor of Science, Sport Science).

В Університеті Ексетеру (The University of Exeter) можна отримати ступінь бакалавра зі спортивного тренування (Bachelor of Science, Exercise and Sport Sciences) [662].

Саутгемптонський університет Соленту (Southampton Solent University) пропонує студентам отримати ступінь бакалавра зі спорту та фізичного виховання (Bachelor of Arts, Sport and Physical Education) та ступінь бакалавра прикладних спортивних наук (Bachelor of Science, Applied Sport Science). Тривалість навчання у всіх вищих навчальних закладах становить 3 роки [646].

Аналіз навчальних планів вищезазначених університетів, проведений нами, дозволяє стверджувати, що лише в Саутгемптонському університеті Соленту на другому році навчання майбутні фахівці вивчають такі необхідні для роботи в сфері фітнесу дисципліни, як: «Методи тестування в фітнесі та тренуванні» («Application of Fitness Testing and Training») та «Здоров'я, фітнес та програмування» («Health, Fitness and Programme Design») [646].

Таким чином, аналіз інформаційних ресурсів дозволив нам скласти цілісну картину специфіки професійної підготовки, в якій професію «фітнес-тренер» можна отримати на різних рівнях освіти від першого до п'ятого в закладах вищої освіти Великої Британії. Національний диплом вищої освіти студент отримує на п'ятому рівні системи вищої освіти Великої Британії, який є українським аналогом бакалаврату або магістратури. Єдиним закладом вищої освіти, який здійснює навчання на рівні бакалаврату за спеціалізацією «Персональний фітнес-тренінг», є Університет Центрального Ланкаширу в Престоні (University of Central Lancashire). У цьому університеті можна отримати ступінь бакалавра наук за спеціальністю «Науки про харчування та фізичні вправи» (спеціалізація «Персональний фітнес-тренінг») (Bachelor of Science Nutrition and Exercise Sciences (Personal Fitness Training)).

2.3. Досвід професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у країнах Євросоюзу

За останні 15 років європейський спортивний сектор економіки, зокрема, фітнес-індустрія, стабільно розвивається [635]. Створюються громадські та приватні організації, вводяться нові назви професій та нові напрями підготовки фахівців.

Як вказує М. В. Дутчак, у Міжнародній стандартній класифікації занять (International Standard Classification of Occupations – ISCO-08) [611] мають місце такі професійні назви робіт: 1431 Sports, recreation and cultural centre managers (менеджери спортивних, рекреаційних і культурних центрів); 3421 Athletes and sports players (атлети і професійні спортсмени); 3422 Sports coaches, instructors and officials (спортивні тренери, інструктори і судді); 3423 Fitness and recreation instructors and program leaders (інструктори з фітнесу і рекреації, керівники програм) [175, с. 25-41].

У статутних документах Асоціації «Європейська мережа спортивної науки, освіти й праці» (AENESIS) визначено чотири основних напрямки підготовки фахівців: «фізичне виховання», «здоров'я і фітнес», «спортивний менеджмент» та «спортивне тренування». У проєкті беруть участь 70 організацій з 28 країн, а координаційні функції виконує Німецький університет спорту з Кельну [654].

З напрямку підготовки «Здоров'я та фітнес» (Health & Fitness) обгрунтовано наступний перелік професій Європи: «Провідний інструктор гімнастичного залу» / «Персональний тренер» («Advanced Gym Instructor» / «Personal Trainer»); «Фахівець з поєднання здоров'я і вправ» («Health-Related Exercise Specialist»); «Фахівець з підвищення громадського здоров'я» («Public Health Promotion Specialist»); «Менеджер зі здоров'я та фітнесу» («Health and Fitness Manager») [635].

Відповідно до запропонованих варіантів у Європейському реєстрі фахівців з тренування (The European Register of Exercise Professionals), який є загальноєвропейським проєктом обліку відповідних фахівців і роботодавців, що входять до Європейської асоціації здоров'я і фітнесу (European Health and Fitness Association), розрізняють такі назви професійних робіт: «Інструктор з аква-фітнесу»; «Інструктор з фітнесу»; «Інструктор групових занять фітнесом»; «Персональний тренер»; «Тренер з пілатесу» та «Тренер з йоги» [543].

Отже, можна зазначити, що категорії фахівців у країнах Європейського Союзу є досить багатопрофільними. В Україні, на жаль, юридично існує значно менша диференціація професій для сфери фітнесу.

Незважаючи на уніфікацію професій в Європі, закордонні дослідники вказують на необхідність узгодження національних реєстрів кваліфікацій освіти різних країн з метою стандартизації освітніх програм, вимог роботодавців до персоналу та вдосконалення системи навчання протягом життя. Так, існує Міжнародний стандарт кваліфікацій освіти (International Standard Classification of Education – ISCE), за яким передбачено 8 рівнів освіти [610]. В Австралії прийнята Австралійська рамка кваліфікацій – Australian Qualifications Framework – AQF), яка налічує 10 рівнів [560]. У Шотландії існує 12 рівнева Шотландська рамка кредитів і кваліфікацій (Scottish Credit and Qualifications Framework – SCQ) [644]. У Європі діє Європейська рамка кваліфікацій (European Qualifications Framework – EQF), яка має 8 рівнів [594]. У Великій

Британії, Північній Ірландії та Уельсі існує Рамка кваліфікацій та кредитів (Qualifications and Credit Framework – QCF), при цьому 1-3 рівні за QCF є еквівалентними 2-4 рівням за EQF) [638].

З метою уніфікації та стандартизації професійних компетенцій фітнес-тренерів Європи та інших країн існує практика створення міжнародних освітніх програм. Аналіз науково-методичної літератури дозволив нам з'ясувати особливості таких проєктів. У роботі J. Patrickson проаналізовано мету та завдання створеної в Європейському Союзі програми дистанційного інтернет-навчання – E-learning courses (ELF). Дослідниця зазначає, що вимоги до випускників було розроблено з урахуванням положень національних кваліфікаційних реєстрів різних країн [633]. Навчання за програмою ELF надає можливість студентам отримати 3 та 4 рівні кваліфікації та оволодіти такими професіями: «Інструктор групових вправ / Аеробний та силовий тренінг», рівень 3 («Group Exercise instructor / Aerobics and Muscle Conditioning», EQF level 3); «Фітнес – інструктор / тренажерний зал», рівень 3 («Fitness instructor / weight room and cardio machines», EQF level 3); «Інструктор з аквафітнесу», рівень 3 («AquaFitness instructor», EQF level 3); «Персональний тренер», рівень 4 («Personal trainer», EQF level 4) [590, 633].

Проєкт, який акредитований Європейською асоціацією здоров'я і фітнесу (European Health and Fitness Association) та фінансується Європейським Союзом, є безкоштовним і об'єднує понад 25 країн. Програма є добре структурованою, перекладена на значну кількість мов і передбачає застосування інноваційних форми навчання: відеоуроки, надання дидактичних матеріалів, on-line консультації тощо. Координатором проєкту є Італійська федерація аеробіки та фітнесу (Federazione Italiana Aerobica e Fitness – FIAF) та кафедра комп'ютерних і системних наук Університету Сапієнца в Римі (University Sapienza) [586].

Як вказує J. Patrickson, значення проєкту полягає в тому, що кожний фахівець, який успішно закінчив навчання, буде внесеним у Національний Реєстр фітнес-професіоналів дистанційного навчання (The National Registers of fitness professionals ELF). Реєстр є дійсним у всіх країнах – партнерах проєкту. До цих країн входять: 19 основних партнерів (18 держав – членів ЕС і Норвегія) та 86 асоційованих партнерів у 26 країнах (17 країн – членів ЕС і Албанія, Хорватія, Росія, Сербія, Швейцарія, Туреччина, Україна, США та Нова Зеландія) [634].

Актуальність освітніх проектів набуває значення в зв'язку з існуючою в Європі проблемою низької кваліфікації кадрів для фітнес-індустрії. Так, за результатами дослідження EuropeActive (колишня Європейська асоціація здоров'я та фітнесу - EHFA), 84% роботодавців у європейських країнах мають труднощі з пошуком висококваліфікованих тренерів, 35% – вказують, що сучасна професійна підготовка не виховує навичок, яких вони вимагають від фахівців у сфері фітнесу, 61% роботодавців вимушені організовувати додаткову підготовку для працівників, які було щойно найняті [593].

Незважаючи на загальноєвропейські тенденції в системі освіти майбутніх фітнес-тренерів, існують і відмінності в кожній країні. Розглянемо детальніше особливості професійної підготовки окремо в різних країнах Європейського Союзу.

Федеративна Республіка Німеччина. Слід зазначити, що фітнес є найбільш динамічною сферою економіки. За дослідженнями міжнародної консалтингової компанії Deloitte, у 2020 році фітнесом будуть займатись 12 мільйонів жителів Федеративної Республіки Німеччини. За прогнозами, майже кожен десятий житель країни (9,3 %) відвідує фітнес-клуб [582].

Аналіз інформаційних джерел дозволив нам стверджувати, що навчання фітнес-тренерів у країні широко розповсюджена в системі професійної освіти (не вищої академічної). Як стверджують Л. Фіалова та О. Яковенко, подібні школи здійснюють підготовку кваліфікованих робітників головним чином для сфери обслуговування. Система професійної освіти Федеративної Республіки Німеччини високо цінується у світі, оскільки передбачає паралельне навчання в освітньому закладі та стажування на підприємстві. При цьому оволодіння практичними навичками займає майже 3/4 загального навчального часу. Після закінчення програми навчання в професійному закладі студенту видається свідоцтво, яке дійсне тільки в комплексі з документом про проходження практики. Незважаючи на те, що німецька вища освіта має значний високий рейтинг у світі, вона має низку недоліків, до яких можна віднести можливість переривати навчання на необмежений термін. Відомо, що студент німецького університету, за бажанням, вчиться в середньому 14 семестрів, тобто сім років [504].

Відповідно до законодавчих документів, у Федеративній Республіці Німеччині (на відміну від США) існує Об'єднання техконтролю (Technischen Überwachungsvereins – TÜV), яке здійснює контроль за

високою якістю продуктів і послуг, розробляє єдину класифікацію тренерів з фітнесу та розподіляє кваліфікації тренерів за рівнями Європейської системи кваліфікації (Europäisches Qualifizierungssystem-EQSF): від II до V (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

**Розподіл фітнес-тренерів у Федеративній Республіці Німеччини
за рівнями Європейської рамки кваліфікації (EQSF)**

Назва спеціалізації	Вимоги
II рівень – Trainer C-Lizenz	
Помічник тренера (Trainerassistentenentspricht)	60 академічних годин
Fitnessstrainer B-Lizenz	
Фітнес-тренер (Fisnesstrainer)	Trainer C-Lizenz + 60 академічних годин та більше
Тренер групових програм (GroupTrainer)	
Тренер для роботи з особами похилого віку (Fachtrainer für Bewegung im Alter)	
Тренер з функціонального тренінгу (FunctionalTrainer)	
Персональний тренер (Personaltrainer)	
Інструктор зі спортивної реабілітації / спеціалізація «ортопедія» (Übungsleiter B-Rehabilitationssport /Orthopädie“)	
III рівень – Fitnessstrainer A-Lizenz	
Тренер з превентивної терапії (Trainer für Prävention Therapie)	Fitnessstrainer B-Lizenz + 90 академічних годин та більше / або Fitnessstrainer B-Lizenz + 4 кваліфікації / або 160 годин практичного досвіду / або робота за спеціальністю протягом 6 місяців
Тренер з кардіотренування (Kardiotrainer)	
Тренер з корекції остеопорозу (Osteoporosetrainer)	
Тренер з харчування (Ernährungstrainer)	
Тренер з силового фітнесу (Trainer für Kraft und Muskulatur)	
Майстер персональний тренер (Master Personal Trainer)	
IV рівень – Trainer	
Учитель з фітнесу (Fitnesspädagoge)	Fitnessstrainer A-Lizenz + 60 академічних годин теоретичних дисциплін та 160 – стажування / або Fitnessstrainer A-Lizenz + 4 кваліфікації/ або Fitnessstrainer A-Lizenz + 300 годин практичного досвіду /або робота за спеціальністю протягом 6 місяців
Сертифікований учитель спорту та гімнастики (Staatlich geprüfter Sport- und Gymnastiklehrer)	
Фітнес-тренер (медичний фітнес) (Fitness Trainer (medical Fitness))	
V рівень – Trainer	
Ступень бакалавра / магістра в галузі наук про здоров'я (Bachelor/Master Gesundheit)	Бакалавр наук/мистецтв + Fitnessstrainer A-Lizenz + 300 годин та більше практичного досвіду
Дослідник в галузі спортивних наук (Sportwissenschaftler mit Studienschwerpunk)	

Як видно з таблиці 2.8, до II рівня освіти відноситься ліцензія тренера категорії «С» (Trainer C-Lizenz) та ліцензія фітнес-тренера категорії «В» (Fisnesstrainer B-Lizenz). Для отримання категорії «С» майбутньому тренеру необхідно оволодіти відповідною програмою обсягом 60 академічних годин. Це надає можливість працювати помічником тренера (Trainerassistentenentspricht). За німецьким законодавством, розпочинати навчання можна в 16 років, що дає змогу молодій людині оволодіти основами професії [652].

Після успішного завершення навчання за програмою категорії «С», майбутній фахівець має можливість оволодіти спеціальними знаннями обсягом 60 академічних годин та отримати ліцензію фітнес-тренера категорії «В». До цієї категорії відносяться такі спеціалізації, як: «Фітнес-тренер» («Fisnesstrainer B-Lizenz») і «Тренер групових програм» («GroupTrainer B-Lizenz»).

За умови проходження додаткових дисциплін обсягом 60 академічних годин у студентів з'являється можливість отримати спеціалізацію «Тренер для роботи з особами похилого віку» («Fachtrainer für Bewegung im Alter»). Додаткове навчання обсягом 90 академічних годин надає право працювати тренером з функціонального тренінгу (Functional Trainer), персональним тренером (Personaltrainer) та інструктором зі спортивної реабілітації / спеціалізація «ортопедія» (Übungsleiter B-Rehabilitationssport «Orthopädie»).

Деякі навчальні центри додатково на рівні категорії «В» пропонують оволодіти такими спеціалізаціями, як: «Інструктор з аеробіки» («Aerobic-Instructor»), «Тренер з корекції целюліту» («Anti-Cellulite-Trainer»), «Тренер з кардіотренінгу» («Cardio-Trainer»), «Викладач танців» («Dance»); «Інструктор з пілатесу» («Pilates-Trainer»); «Інструктор з йоги та силової йоги» («Power-Yoga-Trainer»), «Інструктор з нордичної ходьби» («Nordic Walking Trainer»); «Дитячий тренер» («Trainer Kinder Fitness»); «Тренер з релаксації» («Entspannungstraine»), «Консультант СПА» («SPA-Berater») тощо [555, 563, 583, 585, 605, 612].

Отже, у Федеративній Республіці Німеччині до категорії «В» відносяться різні спеціальності: від інструктора за видами фітнесу до персонального тренера.

Другий рівень кваліфікації передбачає отримання ліцензії тренера категорії «А», що вимагає оволодіння теоретичними знаннями обсягом

60 академічних годин і стажування протягом 160 годин. Ця категорія може бути надана тренерам, які вже мають досвід роботи, а також фахівцям із ступенем бакалавра за напрямками «Спорт», «Фізичне виховання» та «Здоров'я».

Як зазначено в нормативних документах Об'єднання техконтролю (Technischen Überwachungsvereins), до компетенцій фахівця категорії «А» належать персональне планування фізичних навантажень, управлінська діяльність та координація оздоровчих програм. Слухачі, за умови додаткового навчання, мають змогу отримати такі спеціалізації: «Тренер з силового фітнесу» («Trainer für Kraft und Muskulatur») – 60 академічних годин; «Тренер з профілактики та лікування» («Trainer für Prävention Therapie») – 90 академічних годин; «Тренер з кардіотренування» («Kardiotrainer») – 60 академічних годин; «Тренер з корекції остеопорозу» («Osteoporosetrainer») – 30 академічних годин; «Тренер з харчування» («Ernährungstrainer») – 30 академічних годин; «Майстер персонального тренінгу» («Master PersonalTrainer») – 120 академічних годин або «Майстер функціонального тренінгу» («Master FunctionalTraining») – 90 академічних годин.

Четвертий рівень кваліфікації захищений керівними органами Німеччини до рівня спортивного тренера та педагога. Умовами отримання цього рівня є наявність у фахівця освітнього ступеня бакалавра за напрямками, спорідненими з фітнесом, або наявність категорії «А» (оволодіння теоретичними дисциплінами обсягом 60 академічних годин і проходження стажування протягом 160 годин), або практична діяльність на посаді фітнес-тренера впродовж 6 місяців.

П'ятий рівень кваліфікації у сфері фітнесу присвоюється фахівцям, які мають ступінь бакалавра, магістра або доктора наук за спеціальністю «Спорт, здоров'я та профілактика» («Sport und Gesundheit in Prävention und Therapie»), мають категорію фітнес-тренера категорії «А» та додатково 300 годин практичного досвіду. При цьому вважається, що фахівець п'ятого рівня займається переважно викладацькою, науковою та управлінською діяльністю [652].

За результатами аналізу документів, у Федеративній Республіці Німеччини підготовку фітнес-тренерів на 1–5 рівнях забезпечують громадські та приватні організації академічного та неакадемічного профілю.

До найбільш відомих не тільки в Німеччині, але й у всій Європі, можна віднести приватний Інститут з підготовки фітнес-тренерів, спортивних тренерів і педагогів, менеджерів у галузі фітнесу та спорту, фахівців у галузі туризму та здоров'я – IST-інститут (IST-Studieninstitut). Він пропонує дистанційну систему навчання фітнес-тренерів відповідно до категорій «С», «В», «А» та здійснює підготовку бакалаврів і магістрів із різних наукових напрямів. Треба зауважити, що IST-Інститут сертифікований Німецькою асоціацією здоров'я та фізичної терапії (DVGS Deutschen Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie). IST-Інститут на рівні категорії «В» пропонує програми за такими спеціалізаціями: «Фітнес тренінг» («Fitnesstraining») – термін навчання 6 місяців; «Груповий фітнес-тренінг» («GroupFitnesstraining») – термін навчання 6 місяців.

До ліцензії категорії «А» відносяться такі спеціалізації: «Персональний фітнес-тренінг» («Personal Training») – термін навчання 6 місяців; «Груповий фітнес-тренінг» («Group-Fitnesstraining») – термін навчання 3 місяці; «Медичний фітнес-тренінг» («Medizinisches Fitnesstraining») – термін навчання 6 місяців; «Дитячий фітнес-тренінг» («KinderFitnesstraining») – термін навчання 6 місяців; «Тренер для осіб похилого віку» («Gesundheitstrainer für Senioren») – термін навчання 6 місяців та ін. [612].

Для нашого дослідження значний інтерес становить аналіз змісту академічної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у IST-інституті. Програму підготовки бакалавра з управління у сфері фітнесу та здоров'я (Bachelor of Arts in der Fachrichtung Fitness and Health Management) було започатковано в 2013 році в коледжі IST-інституту. На нашу думку, перевагами такої програми є комплексне вивчення дисциплін управлінського циклу та циклу прикладних дисциплін у фітнесі (табл. 2.9).

В IST-інституті до вибіркових дисциплін належать такі: «Охорона здоров'я на підприємстві» (FHM 109 «Betriebliches Gesundheitsmanagement») – 15 кредитів; «Управління оздоровчими об'єктами» (FHM 116 «Management von Wellnessanlagen») – 15 кредитів; «Концепції оздоровчих систем» (PRT 110 «Konzeption von Wellnessanlagen») – 15 кредитів; «Методика тренування правильної постави» (FHM 112 «Rückentraining») – 9 кредитів; «Ділова етика» (AB 115 «Wirtschaftsethik») – 3 кредити; «Фітнес-тренінг в груповому форматі»

(FHM 111 «Groupfitnesstraining») – 9 кредитів; «Персональний тренінг (FHM 114 «Personal Training») – 6 кредитів; «Атлетизм» (FHM 113 «Athletiktraining») – 6 кредитів; «Тренінг релаксації» (FHM 115 «Entspannungstraining») – 6 кредитів.

Таблиця 2.9

**Фрагмент навчального плану IST-інституту (IST-Studieninstitut)
для підготовки бакалавра з управління в сфері фітнесу та здоров'я
(Bachelor of Arts in der Fachrichtung Fitness and Health Management)**

Се- местр	Код	Назва дисципліни	Обсяг ECTS
1	AB 101	Основи ділового адміністрування (Grundlagen der BWL)	6
	AB 102	Маркетинг I (Marketing I)	4
	AB 103	Вступ до бухгалтерії (Einführung in das Rechnungswesen)	6
	AB104	Методи наукових досліджень (Wissenschaftliches Arbeiten und Lernmethoden)	5
	FHM 101	Основи спортивної медицини (Sportmedizinische Grundlagen)	6
2	AB 105	Економічна теорія I (VWL I)	4
	AB 106	Бізнес-право (Wirtschaftsrecht)	5
	FHM 103	Методи діагностики в фітнесі (Diagnostik und Trainingswissenschaften)	6
	FHM 104	Управління в фітнесі (Fitnessmanagement)	9
	SBM 101	Основи спорту (Sport Basics)	9
3	AB 107	Маркетинг II (Marketing II)	5
	AB 108	Інформаційні та комунікаційні технології (Wirtschaftsinformatik und neue Medien)	4
	AB 109	Економічна теорія II: національна та міжнародна економіка (VWL II: Nationale und Internationale Ökonomie)	6
	AB 110	Математичні методи статистики в бізнесі (Wirtschaftsmathematik und – statistik)	9
	FHM 105	Управління в системі охорони здоров'я (Gesundheitsmanagement)	6
	AB 111	Податки та прибутки (Steuern und Bilanzen)	6
	AB 112	Управління персоналом (Unternehmensführung und Personalmanagement)	6
	FHM 106	Спортивне харчування (Sporternährung)	9
4	FHM 107	Медичні основи фітнес-тренінга (Medizinisches Fitnesstraining)	9
	AB 113	Управління проектами (Besondere Managementperspektiven und Kommunikation)	6
5	AB 114	Основи підприємницької діяльності (Unternehmerische Entscheidungsgrundlagen)	9
6		На вибір 4 дисципліни	
	AB 116	Бакалаврська робота (Bachelor-Arbeit)	12
Усього			180

Варто зауважити, що один кредитний пункт в IST відповідає навантаженню близько 25 годин астрономічного часу [612].

У Федеративній Республіці Німеччині в системі неперервної освіти престижним вважається отримання вищої освіти та підвищення кваліфікації на базі державного університету. В Університеті Гессену (Universität Giessen) здійснюється підготовка бакалаврів з фізичної активності та здоров'я (Bewegung und Gesundheit). Тривалість навчання складає 6 семестрів обсягом 180 кредитних пунктів [656].

Вища школа фізичної культури та спорту (Deutsche Sporthochschule) у Кельні вважається провідним закладом вищої освіти Німеччини в спортивній галузі, у якому здійснюється підготовка бакалаврів за спеціальностями «Спорт, здоров'я та профілактика» («Sport und Gesundheit in Prävention und Therapie»), «Спорт вищих досягнень» («Sport und Leistung») та «Спорт та активний відпочинок» («Sport, Erlebnis und Bewegung»). Термін навчання складає 6 семестрів (три роки).

Аналіз навчальних планів Вищої школи фізичної культури та спорту (Deutsche Sporthochschule) свідчить про відсутність програм підготовки фітнес-тренерів на рівні бакалаврату або магістратури. Проте, в Університеті пропонується курс підвищення кваліфікації за спеціалізацією «Персональний тренер» («Zertifikate DSHS Personal Trainer»). До дисциплін, які вивчаються за програмою сертифікації, належать такі: «Наукові засади медичних знань» («Medizinisch-naturwissenschaftliche Grundlagen»); «Основи спортивного тренування» («Sport-, Trainingswissenschaft»); «Психологічні аспекти діяльності в галузі спорту, фізичної культури» («Leistungsdiagnostik psychologische Aspekte der individuellen Betreuung»); «Тренування, мотивація та спілкування» («Coaching, Motivation, Kommunikation»); «Стажування» («Praktikum»); «Аспекти розробки програм з оздоровчого харчування» («Angebote ausbildungsbegleitendes ernährung gesundheitliche Aspekte»); «Релаксація, реабілітація в клініці внутрішніх хвороб, ортопедії та спортивної травматології» («Entspannung, Regeneration, orthopädisch-internistische Fragestellungen, Sportverletzungen Existenzgründung»); «Бізнес-план, маркетинг, юриспруденція» («Businessplan, Marketing, Recht»).

Після закінчення курсу підвищення кваліфікації слухачу видається сертифікат відповідного зразка, що автоматично надає фахівцю 3-4 ступінь кваліфікації (категорії «С», «В», «А») та додатково 15 кредитів

відповідно до Європейської кредитно-модульної системи (ECTS). Термін навчання складає 3 тижні [584].

Нам імпонують вищенаведені тенденції у вищій освіті майбутніх фітнес-тренерів у Федеративній Республіці Німеччині, що пов'язано з подоланням вузькоспеціалізованого підходу до навчання та підвищенням професійного та загальнокультурного рівня фітнес-тренерів.

Австрійська Республіка. Ця країна за історичним, культурним і політичним минулим є схожою на Федеративну Республіку Німеччину. Це стосується й освітніх стандартів. Проте, на відміну від Німеччини, в Австрії впроваджена система вищої освіти майбутніх фітнес-тренерів. Так, у Зальцбурзькому університеті (Universität Salzburg) в Департаменті спортивної науки і кінезіології (Interfakultärer Fachbereich Sport und Bewegungswissenschaft) здійснюється підготовка магістрів за спеціальністю «Здоров'я та фітнес» («Master of Science Health and Fitness») (табл. 2.10).

Аналіз навчальної програми дозволяє стверджувати, що вона спрямована на оволодіння студентами таких наукових модулів: 1) «Наукові методи досліджень» («Wissenschaftliche Grundlagen»); 2) «Загальна психологія та психологія рухової активності» («Psychologie und Bewegungswissenschaft»); 3) «Теорія фізичного тренування» («Trainingswissenschaft»); 4) «Охорона здоров'я» («Gesundheitswesen»); 5) «Профілактика» («Prävention»); 6) «Спеціальні групи населення» («Spezielle Zielgruppen»); 7) Факультативи на вибір: «Фізіологія та біомеханіка» («Physiologie und Biomechanik») або «Технології бізнесу» («Businessstools»). Модуль триває 7-10 днів. Після кожного модулю студент повинен скласти письмовий іспит, а в третьому та четвертому семестрах – написати магістерську дисертацію. Це може бути як теоретичне дослідження, так і експериментальний проект (табл. 2.10).

Навчальна програма складається з 6 обов'язкових модулів, кожен з яких налічує 5 академічних годин або 10 ECTS і модулів вибору (5 академічних годин). Знання студентів оцінюються за п'ятибальною шкалою: «дуже добре» («sehr gut»), «добре» («gut»), «задовільно» («befriedigend»), «достатньо» («genuegend») та «недостатньо» («ungenuegend»). Екзамен вважається складеним, якщо отримана оцінка відповідає рівню «достатньо». Якщо більш ніж половина іспитів складена на оцінку «дуже добре», а решта – на оцінку «добре», то при розрахунку загального середнього бала за дипломні екзамени виводиться оцінка

«відмінно». Допускається повторне складання іспитів до трьох разів, але на це потрібний дозвіл відповідних академічних органів Університету [657].

Таблиця 2.10

Фрагмент навчального плану Зальцбургського університету (Universität Salzburg) підготовки магістрів за спеціальністю «Здоров'я та фітнес» («Master of Science Health and Fitness»)

Назва дисциплін / Обсяг ESTS	
1 семестр	Технологія підготовки наукової роботи (Einführung in das wissenschaftliche Arbeiten)/2
	Статистика та наукова методологія (Statistik und Methodenlehre) / 4
	Якісні методи дослідження (Qualitative Forschungsmethoden) / 4
	Спортивна психологія (Sportpsychologie) / 4
	Загальна теорія оздоровчого тренування (Allgemeine Trainingswissenschaft) / 2
	Основи оздоровчого спорту (Gesundheitssport) / 2
2 семестр	Управління психічними станами (Mentaltraining und Stessmanagement) / 4
	Основи спортивної імунології (Sportimmunologische Grundlagen) / 2
	Загальна теорія оздоровчого тренування (Allgemeine Trainingswissenschaft) / 4
	Теорія та методика фізичного виховання (Bewegungssteuerung und ewegungslernen) /2
	Розвиток координаційних здібностей (Training koordinativer Fähigkeiten) /2
	Кондиційне тренування (Training konditioneller Fähigkeiten) / 2
	Профілактична біомеханіка (Präventive Biomechanik) / 2
	Напрями сучасного фітнесу (Fitnessorientierte Bewegung) / 2
Моделі рухової активності в суспільстві (Bewegungsmodelle für die Gesellschaft) / 2	
3 семестр	Управлінські засади в медицині (Patientenmanagement) / 2
	Управлінські засади в охороні здоров'я (Gesundheitsmanagement) / 2
	Управлінські засади контролю за якістю (Qualitätsmanagement) / 4
	Оздоровчий туризм (Gesundheitstourismus) / 2
	Факультатив на вибір (10 ESTS)
	Управління в бізнесі (Betriebswirtschaft) / 2
	Маркетинг (Marketing) / 2
	Управління проектами (Projektmanagement) / 2
	Комунікації (Kommunikation) / 4
	Фізіологія рухової активності (Muskel- und Leistungsphysiologie) / 2
	Фізіологія харчування (Ernährungsphysiologie) / 2
	Фізіологія нервової системи (Bindegewebs- und Schmerzphysiologie) / 2
Загальна біомеханіка (Biomechanik) / 2	
Біомеханіка рухів людини (Mechanische Grundlagen der menschlichen Bewegung) / 2	
4 семестр	Рухова активність при ожирінні (Adipositas und Bewegung) / 2
	Рухова активність осіб похилого віку (Senioren und Bewegung) / 2
	Рухова активність при болях у спині (Rückenschmerzen und Bewegung) / 2
	Діабет / гіпертензія / новоутворення (Diabetes/Bluthochdruck / Krebs und Bewegung) / 2
	Рухова активність у психіатрії (Psychische Krankheiten und Bewegung) / 2
	Магістерська дисертація (Master Thesis) / 15
Теоретичний екзамен (Theoretische Schlussprüfung) / 5	
Разом 90 кредитів	

Таким чином, проведений аналіз проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в Німеччині та Австрії свідчить про існування єдиної системи класифікації тренерів, яка має 5 ступенів. Провідна роль у підготовці фітнес-тренерів Німеччини належить системі професійної освіти (не університетської). Проте, на базі університетів пропонуються курси підвищення кваліфікації тренерів з фітнесу. На відміну від Німеччини, в Австрії існують програми підготовки магістрів за спеціальністю «Здоров'я та фітнес». Переважна кількість дисциплін мають медичну та дослідницьку спрямованість.

Країни Балтії. У 2004 році прибалтійські країни (Естонія, Латвія, Литва) увійшли до складу Європейського Союзу. У зв'язку з цим, здійснюється уніфікація систем освіти відповідно до європейських стандартів, поглиблюється співпраця між закладами освіти та поширюється обмін студентами й інформацією. Узагальнення даних літератури дозволило нам стверджувати, що, незважаючи на територіальну та історичну спільність країн Балтії, кожна з них має специфічні особливості в сфері підготовки кадрів для сфери фітнесу.

Латвійська Республіка. За оцінкою експертів Латвійської асоціації фітнес-клубів, у Латвії фітнесом займається не більше 3% населення (у Великій Британії цей показник складає 20%, в Іспанії – 34%, у Голандії – 18% та в США – 16%). Проте, за прогнозами, попит на фітнес-послуги в Латвії буде зростати, при цьому спостерігатиметься дефіцит фітнес-тренерів [221, 615].

Згідно з існуючим законодавством Латвійської Республіки, для отримання посади в якості фітнес-тренера необхідно одержати офіційний дозвіл у Раді спортивних федерацій Латвії (Latvijas Sporta federāciju padome), яка проводить сертифікаційний екзамен. Підтвердження кваліфікації повинно здійснюватися кожні 5 років.

У Латвійській Республіці фітнес-тренери класифікуються за категоріями «Д», «С», «В» та «А».

Категорія «Д» надається особі, яка має середню освіту та пройшла спеціалізацію обсягом не менше 40 годин за останні п'ять років.

Категорія «С» надається особі, яка має середню освіту, нагороди спортивної федерації та оволоділа навчальною програмою не менше 320 годин за останні п'ять років.

Категорія «В» надається особі, яка має вищу спортивну педагогічну

освіту, досвід роботи протягом 2 років та закінчила курс фахового навчання обсягом 60 годин та більше за останні п'ять років.

Для отримання категорії «А» необхідно мати вищу спортивну педагогічну освіту, досвід роботи протягом 5 років на посаді спортивного тренера та проходження навчальних програм обсягом не менше 60 годин [616].

Комерційні та некомерційні організації, які мають ліцензію Міністерства освіти Латвійської Республіки та акредитовані фаховими асоціаціями, мають право здійснювати навчання на рівнях категорії «D» і «C». Одним з таких визнаних закладів Латвії є Навчальний центр «Спорт» (Fitnesa Mācību Centrs «Sport»), навчальна програма якого розрахована на 990 годин. Сертифікат персонального тренера, який видає Навчальний центр, є легітимним на всій території Європейського Союзу [595].

Таким чином, можна стверджувати, що у Латвії розподіл тренерів на категорії та відповідні вимоги до їх отримання відрізняються від існуючих положень Європейської системи кваліфікації (Europäisches Qualifizierungssystem), хоча вони і мають спільні риси.

До провідних вищих навчальних закладів Латвійської Республіки, які мають ліцензію Міністерства освіти та здійснюють підготовку тренерів на рівні вищої освіти (категорії «А» та «В»), можна віднести Ризький університет імені Страдіня (та його Ліепайський філіал) та Латвійську академію спортивної педагогіки.

Ліепайський філіал Ризького університету імені Страдіня (Rīgas Stradiņa universitāte) є єдиним вищим навчальним закладом Латвії, який дає можливість отримати спеціалізацію «Фітнес-тренер» («Fitnesa treneris») на рівні молодшого спеціаліста. Термін навчання складає 2,5 роки, що охоплює 5 семестрів. Підготовка здійснюється на факультеті реабілітації.

На першому році навчання (обсягом 28 кредитів) студенти вивчають такі загальноосвітні предмети: «Невідкладна допомога» («Neatliekamā palīdzība»); «Біологія» («Bioloģija»); «Культура поведінки та спілкування» («Uzvedības un saskarsmes kultūra»); «Етика. Професійна етика» («Ētika, profesionālā ētika»); «Психологія» («Psiholoģija»); «Інформаційна грамотність» («Informācijpratība»); «Іноземна мова» («Svešvaloda»); «Анатомія» («Anatomija»); «Спортивна фізіологія» («Sporta fizioloģija»); «Спортивна біохімія» («Sporta bioķīmija»); «Основи здоров'я» («Veselības

sporta pamati»); «Гігієна, спортивна гігієна» («Higiēna, sporta higiēna»); «Естетична групова гімнастика» («Estētiskā grupu vingrošana»); «Основи аеробіки» («Aerobikas pamatsolji»); «Спортивні ігри» («Sporta spēles»). Другий рік навчання (обсягом 28 кредитів) присвячений оволодінню таких дисциплін: «Основи раціонального харчування» («Veselīga uztura pamati»); «Педагогіка» («Pedagoģija»); «Біомеханіка» («Biomehānika»); «Кінезіологія» («Kinezioloģija»); «Теорія та методика спортивного тренування» («Sporta teorija, treniņu teorija, metodika»); «Основи класичного та спортивного масажу» («Klasiskās un sporta masāžas pamati»); «Історія спорту» («Sporta vēsture»); «Спортивна медицина та інвалідний спорт» («Sporta medicīna un invalīdu sports»); «Основи фізіотерапії» («Fizioterapijas pamati»); «Діловодство» («Lietvedība»); «Трудове право» («Darba tiesības»); «Ергономіка робочого місця» («Darba vides ergonomika»); «Термінологія вправ в аеробіці» («Aerobikas pamati un terminoloģija»); «Класифікація аеробних вправ» («Dažādi aerobikas nodarbību veidi»); «Термінологія у фітнесі» («Trenažieru izmantošanas pamati un terminoloģija»); «Кардіотренування у фітнесі» («Kardiotrenažieri Spēka trenažieri»); «Термінологія фізичних вправ у Пілатесі» («Pilates pamati un terminoloģija»); «Методика тренування для осіб з різним рівнем фізичної підготовленості» («Vingrinājumu metodes dažādiem sagatavotības līmeņiem»). На третьому році (обсягом 24 кредити) студенти вивчають «Основи економіки та бізнесу» («Ekonomikas un uzņēmējdarbības pamati»), проходять практику за профілем майбутньої діяльності й захищають кваліфікаційну роботу [641].

Наступним етапом освіти фітнес-тренера у Ризькому університеті імені Страдіня є отримання ступеня бакалавра зі здоров'я та спорту (Veselības zinātņu bakalaura veselības sportā) (табл. 2.11) за спеціалізацією «Оздоровчий фітнес» («Veselības sports»).

Термін навчання після закінчення першого ступеню вищої професійної освіти складає 1,5 роки. Загальний термін навчання складає 4 роки (180 кредитів).

На нашу думку, навчальний план Ризького університету імені Страдіня має комплексний характер та охоплює практично всі напрями знань, необхідних для роботи фітнес-тренером.

Таблиця 2.11

Фрагмент навчального плану Ризького університету імені Страдіня (Rīgas Stradiņa universitāte) для підготовки бакалавра зі здоров'я та спорту (Veselības zinātņu bakalaura veselības sportā) за спеціалізацією «Оздоровчий фітнес» («Veselības sports»)

Дисципліна	ESTS
Фізіотерапія (поглиблений курс) (Fizioterapijas pamati 2)*	6
Діагностика в оздоровчому фітнесі (Veselības un fiziskās sagatavotības novērtēšana)*	3
Фізична активність та здоров'я дітей і молоді (Bērnu un jauniešu fiziskās aktivitātes un veselība)*	3
Танцювальна рухова терапія (Deju un kustību terapija)*	3
Скандинавська ходьба (Nūjošana)*	3
Аквааеробіка (Dažādi aerobikas ūdenī nodarbību veidi)*	3
Велосипедний клас (Velo nodarbības telpās)*	3
Бальнеологія (Balneoloģija)	3
Реклама і зв'язки з громадськістю (Reklāma un sabiedriskās attiecības)*	3
Теорії особистості (Personības teorijas)	3
Активні дидактичні методи (Aktīvās didaktikas metodes)	3
Плавання (Peldēšana)	3
Катання на лижах (Slēpošana)	3
Катання на ковзанах, на роликів ковзанах (Slidošana, skrituļslidošana)	3
Інформаційна грамотність (Informācijpratība)*	3
Спортивні травми, причини й профілактика (Sporta traumas, cēloņi un profilakse)*	3
Методологічні основи науково-дослідної роботи (Zinātniskā darba metodoloģiskie pamati)*	3
Біометрія (Biometrija)*	3
Основи реабілітації (Vispārējā rehabilitācija)*	3
Громадське здоров'я й епідеміологія (Sabiedrības veselība un epidemioloģija)*	3
Принципи управління спортивним клубом (Sporta kluba vadības pamati)*	3
Психологія спілкування (Saskarsmes psiholoģija)*	3
Бакалаврська дисертація (Bakalaura darbs)*	15
Метод Feldenkreisa – Metod Feldenkreisa	3
Гімнастика для вагітних жінок (Vingrošana grūtniecēm)	3
Фітнес-йога (Fitnesa joga)	3
Корекція ожиріння (Aptaukošanās un tās ārstēšana)	3
Напрями медичного фітнесу (Dažādi veselības vingrošanas nodarbību veidi)*	3
Харчування в спорті та фітнесі (Sporta un fitnesa uzturs)*	3
Фітнес-програми (Dažādi fitnesa nodarbību veidi)*	4,5
Лікувальна фізична активність (Fiziskās aktivitātes pie veselības traucējumiem)*	6
Фізична активність осіб похилого віку (Vecāka gadagājuma cilvēku fiziskās aktivitātes)*	3

Примітка: * – обов'язкові дисципліни

Латвійська академія спортивної педагогіки (Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija) здійснює підготовку бакалаврів за спеціалізаціями: «Тренер з виду спорту і керівник в галузі спорту», «Викладач та тренер з виду спорту» або «Тренер з виду спорту та фахівець з рекреації» (тривалість навчання – 4 роки). Пропонуються 62 види спорту, у тому числі й спортивна аеробіка [617].

Аналіз змісту навчальних програм свідчить, на жаль, про відсутність дисциплін, оволодіння якими сприяло б формуванню необхідних професійних компетенцій майбутнього фітнес-тренера.

Литовська Республіка. Аналіз нормативно-правових документів у сфері освіти свідчить про те, що литовська система надання професійних кваліфікацій відрізняється від систем інших країн Балтії. Відомо, що навчальні заклади Литви не тільки пропонують освітні послуги, але й присвоюють відповідні кваліфікації. При цьому сертифікат про підтвердження кваліфікації не вимагається [620].

Провідним закладом Литовської Республіки, у якому можна отримати освіту для роботи фітнес-тренером є Литовська академія фізичної культури (Lietuvos sporto universitetas – LAPE) [619]. Так, інформаційний ресурс LAPE свідчить про можливість отримати подвійний ступінь бакалавра з охорони здоров'я та бакалавра зі спорту (Bakalaurą visuomenės sveikatos ir sporto). За цією програмою передбачено оволодіння знаннями з обов'язкового модулю «Теорія, дидактика та практика фітнесу» («Sveikatingumo teorija, didaktika ir praktika») обсягом 20 кредитів.

Крім того, у Литовській академії фізичної культури започаткована програма бакалавра з фізичної активності та здоров'я суспільства («Fizinis aktyvumas ir sveika gyvensena»), оволодіння якою надає право займатися діяльністю у сфері фітнесу. Це забезпечується відповідним змістом дисциплін, які введені в навчальний план. До них належать такі: «Кардіо та силовий фітнес» («ŠKS stiprinimas ir jėgos lavinimas») – 5 кредитів; «Організація та проведення групового формату у фітнесі» («Grupinės sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo pratybos») – 5 кредитів; «Фітнес-програми на відкритому просторі» («Grupinės sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo pratybos lauke») – 5 кредитів; «Психологія здоров'я» («Sveikatos psichologija») – 5 кредитів; «Індивідуальне консультування» («Individualus konsultavimas») – 10 кредитів; «Професійне спілкування»

(«Profesinė komunikacija») – 5 кредитів; «Діагностика рівня здоров'я та тестування» («Fizinio aktyvumo ir pajėgumo testavimas») – 5 кредитів; «Європейська стратегія харчування» («Europos mitybos politika») – 5 кредитів; «Профілактика та лікування в клініці» («Pratimai klinikinėms būklėms ir traumų prevencija») – 5 кредитів; «Підприємництво та малий бізнес» («Smulkus verslas ir antreprenerystė») – 10 кредитів; «Стажування» – 15 кредитів тощо. Термін навчання за цією програмою складає 4 роки (240 кредитів). Вищенаведені програми були розроблені за участі Європейської мережі спортивної науки, освіти та зайнятості (The European Network of Sport Science, Education and Employment – ENSSEE) у рамках міжнародного проекту «Європейський бакалавр з фізичної активності та бакалавр-консультант зі здорового способу життя» («European Bachelor in Physical Activity and Lifestyle Counselling»). Подібні програми з 2013 року впроваджені в Ганзейському університеті прикладних наук Гронінгена в Голандії (The Hanze University of Applied Sciences, Groningen), Університеті Південної Данії (The University of Southern Denmark (SDU), Римському університеті «Foro Italico» (Università degli Studi di Roma «Foro Italico») та Університеті Мадейри (The University of Madeira) [619].

Естонська Республіка. Ця країна є найменшою балтійською державою, площею всього 45 тис. км² і населенням 1,3 млн. чоловік. За інформацією Міністерства освіти та науки Естонії, у системі вищої освіти країни розрізняють освітні ступені бакалавра, магістра та доктора наук. Як і в більшості країн Європейського Союзу, в Естонії вища освіта поділяється на академічний та професійно-прикладний типи. Академічну освіту здійснюють університети, а професійно-прикладну можна отримати в підрозділах університетів або закладах професійної освіти. На відміну від Латвійської республіки, в Естонії вимоги до встановлення кваліфікації тренера відповідають європейському кваліфікаційному стандарту – EQSCT [606].

Єдиним органом, який призначає певну кваліфікацію тренера, є Естонський олімпійський комітет (Eesti Olümpiakomitee). У комітеті утворені тренерські кваліфікаційні комісії з видів спорту, організовані ступеневі курси навчання та курси підвищення кваліфікації [589].

Згідно з нормативами, затвердженими Естонським олімпійським комітетом, передумовами для отримання кваліфікації тренера I ступеня є

наявність у претендента середньої освіти та оволодіння теоретичними знаннями й практичними навичками обсягом 60 годин. До навчальної програми I ступеня входять дисципліни біологічного й медичного циклу (~25%), психолого-педагогічного циклу (~15%), юридичного та управлінського циклу (~10%) та фахова спортивна підготовка (~50%).

Вимогами для отримання кваліфікації тренера II ступеня є навчання за відповідною програмою обсягом 100 годин й один рік стажування за фахом на рівні I кваліфікаційного ступеня; професійне навчання обсягом 160 годин і, щонайменше, 3-річний стаж роботи за фахом або вища фізкультурна освіта, яка отримана протягом останніх 5 років, і додаткове навчання обсягом 40 годин, що було завершене протягом останніх 4 років.

Передумовами для здобуття кваліфікації тренера III ступеня є: 1) навчання за програмою обсягом 140 годин і 3-річний стаж роботи за фахом на I й II рівнях кваліфікації; 2) наявність вищої освіти, яка була отримана протягом останніх 5 років, мінімум 1 рік стажу роботи за фахом протягом останніх 4 років і додатковий курс навчання за фахом обсягом 40 годин; 3) у разі наявності вищої професійної освіти, отриманої 6 або більше років тому, додатковий курс за фахом обсягом не менше 40 годин, завершений за останні 4 роки та 5-річний стаж роботи за фахом. Загалом мінімальній обсяг терміну навчання III ступеню – 300 академічних годин.

Для отримання кваліфікації тренера IV ступеня необхідно виконати такі вимоги: 1) наявність свідоцтва тренера III ступеня; стаж роботи не менше 10 років, додаткове навчання за спеціальністю обсягом 40 годин за останні 4 роки; 2) наявність вищої професійної освіти, яка була отримана протягом останніх 5 років, 3-річний стаж роботи за фахом на III рівні кваліфікаційного ступеня протягом останніх 8 років; 3) додаткове навчання за спеціальністю обсягом не менше 40 годин за наявності вищої освіти, отриманої 6 або більше років тому, та 8 років стажу роботи за фахом протягом останніх 12 років.

Передумовами для здобуття кваліфікації тренера V ступеня є фахова академічна освіта на освітньому рівні «магістр», мінімум 5 років стажу роботи за спеціальністю або наукова чи викладацька діяльність [589].

Аналіз системи вищої фізкультурної освіти в Естонії свідчить про обмежену кількість закладів спортивного профілю, які пропонують навчання за спеціальністю тренера з фітнесу [650]. Проте відомо, що у Тартуському університеті (Tartu Ülikooli) на факультеті фізичної культури

здійснюється підготовка бакалаврів з фізичного виховання та спорту (Kehaline kasvatus ja sport BA) та пропонується на вибір модуль «Активний відпочинок і персональний тренінг» (moodul «Liikumisharrastus ja personaaltreening»). Це набуває особливого значення тому, що за даними рейтингу кращих університетів світу (QS World University Rankings), Тартуський університет належить до 500 кращих університетів світу. Спеціалізація «Активний відпочинок і персональний тренінг» передбачає оволодіння такими дисциплінами: KKSP.04.051: «Корекція оптимального тону та балансу» («Lihasasakaal ja kehahoid») – 4 ECTS; KKSP.04.053: «Методика оздоровчої фітнес-гімнастики» («Terviseja harrastusvõimlemine») – 4 ECTS; KKSP.05.043: «Напрями та методики фізичного фітнесу» («Terviseklubi ja personaaltreenerikursus») – 6 ECTS; KKSP.04.030: «Тренерська практика» («Treeneripraktika») – 6 ECTS; KKSP.05.046: «Курс пауерліфтингу та бодібілдингу» («Jõutõstmise ja kulturismi kursus») – 4 ECTS. Нам імпонує те, що в переліку додаткових курсів (у тому числі безкоштовних) пропонується вивчення дисциплін із різних галузей знань: «Фітнес-аеробіка», «Методи рефлексотерапії», «Лікувальна фізична культура», «Основи патології», «Фізіотерапія», «Фізична реабілітація» тощо. Термін навчання становить 3 роки, що складає 180 кредитів (ECTS) [651].

Отже, огляд систем підготовки майбутніх тренерів з фітнесу в країнах Балтії свідчить про те, що в більшості закладів вищої освіти переважає підготовка тренерів з традиційних видів спорту та вчителів фізичної культури, а спеціалізація з фітнесу позиціонується як вид спеціалізації в межах підготовки тренерів з видів спорту. Проте, спостерігається тенденція до введення в навчальний план підготовки фахівців різних спортивних спеціальностей окремих модулів: «Активний відпочинок і персональний тренінг», «Теорія, дидактика та практика фітнесу». Крім того, відомо, що Ризький університет імені Страдіня (Латвійська Республіка) здійснює підготовку бакалаврів зі здоров'я та спорту за спеціалізацією «Оздоровчий фітнес».

Республіка Польща. На початку ХХІ століття Республіка Польща приєдналась до Болонського процесу, який обумовлює наявність двох ступенів навчання з додаванням третього – аспірантури. За аналізом О. В. Мішуненкової, система вищої освіти в Польщі є централізованою та підпорядкованою Міністерству науки та вищої освіти при збереженні

автономності закладів вищої освіти. Випускники університетів і коледжів Польщі мають змогу отримати такі ступені освіти: бакалавр (BA, licencjat), який надається після закінчення 3- 3,5 років навчання у закладі вищої освіти; бакалавр (BSc, inżynier) – надається після закінчення 3-3,5 років навчання в технічному або економічному закладі вищої освіти; магістр (MA, MSc, magister) або ідентичний ступінь. Після 5- 6 років навчання в університеті надається ступінь доктора наук (PhD, doktor) [334, с. 29- 34].

Аналіз навчальних планів польських закладів вищої освіти фізкультурного профілю дозволяє нам стверджувати, що лише в окремих з них здійснюється або розпочато процес професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів (табл. 2.12).

Таблиця 2.12

Заклади вищої освіти Польщі, у яких здійснюється підготовка майбутніх фітнес-тренерів

Назва вищого навчального закладу	
Університет Жешуву	Uniwersytet Rzeszowski
Академія фізичного виховання імені Єжі Кукучки в Катовіцах	Akademia Wychowania Fizycznego m. Jerzego Kukuczki w Katowicach
Гданська академія фізичної культури та спорту	Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku
Академії фізичного виховання у Вроцлаві	Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu
Державна вища професійна школа імені Станіслава Пігона в Кросно	Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Stanisława Pigionia w Krośnie
Академія фізичної культури в Познані	Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu

Розглянемо детальніше особливості навчального процесу в цих закладах вищої освіти.

В Університеті Жешуву (Uniwersytet Rzeszowski) на факультеті фізичної культури пропонується програма підготовки бакалавра за спеціалізацією «Інструктор з фітнесу» (термін навчання 3 роки), а на освітньому ступені «Магістр» пропонується дворічна програма за спеціалізацією «Інструктор з персонального тренінгу». Це перша в Польщі новаторська програма, яка викладається англійською мовою зі спеціальності «Фізичне виховання», що надає можливість для участі в ERASMUS - програмі обміну студентами за кордоном [670].

Академія фізичного виховання імені Єжі Кукучки в Катовіцах (Akademia Wychowania Fizycznego m. Jerzego Kukuczki w Katowicach) у

межах спеціальності «Туризм та рекреація» («Turystyka i Rekreacja») здійснює підготовку магістрів за спеціалізацією «Персональний тренер» («Trener osobisty») [549]. Термін навчання складає 2 роки (120 кредитів) та передбачає оволодіння дисциплінами базового обов'язкового модулю, модулю на вибір та спеціалізованого модулю. У таблиці 2.13 представлено фрагмент відповідного навчального плану підготовки за спеціалізацією «Персональний тренер». Необхідно зазначити, що до базового обов'язкового блоку зарахована значна кількість дисциплін з туризму та анімації.

Таблиця 2.13

Фрагмент начального плану Академії фізичного виховання імені Єжі Кукучки (Akademia Wychowania Fizycznego m. Jerzego Kukuczki w Katowicach) підготовки фахівців за спеціальністю «Персональний тренер» («Trener osobisty»)

Модуль спеціалізації			
Назва дисциплін	Лекцій	Практичні заняття	ESTS
Біологічні аспекти тренінгу (Biologiczne aspekty treningu)	13	26	3
Методи й засоби тренінгу (Metody i środki treningowe)	13	26	3
Харчування й добавки (Żywnienie i suplementacja)	13	13	2
Планування та програмування тренінгу (Planowanie i programowanie treningu)		26	2
Сучасні тенденції в оздоровчому тренуванні (Współczesne trendy w treningu motorycznym)		13	1
Методологія роботи з клієнтом (Metodyka pracy z klientem)	13	13	2
Навчання інструктажу (Studium instruktorskie)	13	78	7
Функціональна діагностика здоров'я (Diagnostyka funkcjonalna i zdrowotna)		13	1
Функціональний тренінг (Trening funkcjonalny)	13	13	2
Інноваційні форми тренінгу (Terenowe formy treningu)		26	2
Велнес (Odnowa biologiczna)	13	13	2
Стажування (Praktyka)		65	5

У Гданській академії фізичної культури та спорту (Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku) протягом трьох років здійснюється підготовка бакалаврів з фізичного виховання за спеціалізацією «Інструктор персонального тренінгу» («Instruktor treningu personalnego»). Спеціалізацію студенти обирають на другому році навчання [546].

Обсяг спеціальних дисциплін складає 14 ECTS (1 пункт ECTS відповідає 25-30 годинам навчальної роботи студента). Програма має такі блоки дисциплін: «Наукові основи моторики людини»; «Методика

тренування у фітнесі»; «Тестування фізичного стану людини»; «Харчування та добавки»; «Форми фізичної активності для оптимізації маси та складу тіла»; «Юридичні аспекти роботи персональних тренерів»; «Формування іміджу персонального тренера» тощо. Крім того, у Гданській академії фізичної культури та спорту пропонується дворічна магістерська програма за спеціальністю «Тренер персонального тренінгу» обсягом 19 кредитів [546].

В Академії фізичної культури у Вроцлаві (Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu), яка була заснована в 1946 році, розроблені інноваційні, на нашу думку, навчальні програми. Так, з напрямку «Фізичне виховання» майбутнім магістрам пропонується спеціалізація «Фітнес» (обсягом 37 кредитів). Студентам необхідно оволодіти дисциплінами як загального університетського плану, так і спеціальними. Спеціальними дисциплінами є такі: KWF_13_II_S_122: «Методи релаксації» («Relaksacja w rekreacji») – 5 ECTS; KWF_13_II_S_13: «Фізіологічні аспекти фізичної підготовленості» («Fizjologiczne aspekty w fitnessie») – 3 ECTS; KWF_13_II_S_20: «Біомеханіка силових вправ» («Biomechaniczne podstawy ćwiczeń siłowych») – 6 ECTS; KWF_13_II_S_24: «Тацювальні форми фітнесу» («Taneczne formy fitness») – 4 ECTS; KWF_13_II_S_14: «Аеробні фітнес-програми» («Wytrzymałościowe formy fitness») – 4 ECTS; KWF_13_II_S_14: «Гуманістичні аспекти рекреації» («Humanistyczne aspekty rekreacji») – 3 ECTS; KWF_13_II_S_27: «Фітнес у воді» («Fitness w wodzie») – 2 ECTS; KWF_13_II_S_18: «Силовий фітнес» («Siłowe formy aktywności ruchowej») – 3 ECTS; KWF_13_II_S_29: «Основи дієтології» («Podstawy dietetyki») – 4 ECTS; KWF_13_II_S_15: «Велнес» («Odnowa biologiczna») – 3 ECTS [551].

За іншою спеціальністю, якою є «Туризм і рекреація» («Turystyka i Rekreacja»), для магістрів представлена програма за спеціалізацією «Методи релаксації в рекреації» («Techniki relaksacyjne w rekreacji»). Відповідно до програми, студентам необхідно оволодіти знаннями з таких дисциплін: STIR_12_II_S_51: «Теорія і практика силових вправ та вправ, спрямованих на розвиток гнучкості» («Teoria i praktyka ćwiczeń siłowych i rozciągających») – 2 ECTS; KTIR_14_II_S_001: «Планування туристичних маршрутів» («Zagospodarowanie i przestrzenne planowanie turystyczne») – 2 ECTS; KTIR_13_II_S_18: «Фізіологічні засади стану релаксації» («Fizjologiczne metody kontroli relaksacji») – 4 ECTS; KTIR_13_II_S_25:

«Гігієна голосу» («Emisja i higiena głosu» – 1 ECTS; STIR_12_II_S_07: «Методи релаксації в воді» («Techniki relaksacyjne w wodzie») – 3 ECTS; KTIR_13_II_S_26: «Ментальна рухова активність» («Ćwiczenia świadomości ciała») – 2 ECTS; STIR_12_II_S_04: «Релаксація та медитація в різних культурах» («Relaksacja i medytacja w różnych kulturach») – 4 ECTS; KTIR_13_II_S_27: «Основи дієтології» («Podstawy dietetyki») – 2 ECTS; STIR_12_II_S_02: «Релаксаційний масаж» («Masaż relaksacyjny») – 2 ECTS; KTIR_13_II_S_33: «Аутогенне тренування за Шульцом» («Trening autogenny Schultza») (2 ECTS); KTIR_13_II_S_30: «Прогресивний тренінг за Якобсоном» («Trening progresywny Jacobsona») – 2 ECTS; KTIR_13_II_S_31: «Медитація та концентрація» («Ćwiczenia koncentracji i medytacji») – 2 ECTS; KTIR_13_II_S_14: «Психосоматична система йоги» («Psychosomatyczne ćwiczenia jogi») – 3 ECTS; KTIR_13_II_S_16: «Релаксаційні методики та техніки» («Metodyka technik relaksacyjnych») – 2 ECTS; KTIR_13_II_S_28: «Релаксаційні форми рухової експресії» («Relaksacyjne formy ekspresji ruchowej») – 2 ECTS; STIR_12_II_S_33: «Практика за профілем майбутньої роботи» («Praktyka zawodowa») – 4 ECTS; KTIR_13_II_S_15: «Стрес у теорії та практиці» («Stres w teorii i praktyce») – 3 ECTS [551].

Особливої уваги, на нашу думку, заслуговує діяльність Державної вищої професійної школи імені Станіслава Пігона в Кросно (Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Stanisława Pigionia w Krośnie). У цьому закладі здійснюється підготовка бакалаврів з фізичного виховання за спеціалізацією «Персональний тренер». Термін навчання складає 3 роки (180 ECTS). Програма містить модуль загальної освіти (5 ECTS); модуль базової освіти (29 ECTS); модуль освіти за напрямом (68 ECTS); модуль за вибором (34 ECTS); модуль за спеціалізацією (33 ECTS) та 5 видів професійної практики (11 ECTS). У таблиці 2.14 подано перелік дисциплін, які вивчаються за модулем спеціалізації «Персональний тренер» («Trener osobisty») [632].

Практика магістерської підготовки майбутніх фітнес-тренерів за спеціальністю «Спорт» здійснюється в Академії фізичної культури в Познані (Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu). Після першого семестру, студенти мають змогу обрати одну зі спеціалізацій, зокрема «Персональний тренер» («Trener osobisty») [550].

Таблиця 2.14

Фрагмент навчального плану Державної вищої професійної школи імені Станіслава Пігона (Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Stanisława Pigońa w Krośnie) підготовки фахівців за спеціалізацією «Персональний тренер» («Trener osobisty»)

Модуль спеціалізації	
Назва дисциплін	Обсяг ECTS
Основи адаптації до фізичних навантажень (Podstawy kształtowania zdolności wysiłkowych)	4
Силовий тренінг з елементами культуризму (Trening siłowy z elementami kulturystyki)	2
Функціональний тренінг (Trening funkcjonalny)	2
Аквафітнес (Aqua fitness trening)	2
Додаткові методи тренування (Wspomaganie procesu treningowego)	5
Релаксаційні техніки (Techniki relaksacyjne)	1
Методика оздоровчого тренінгу (Metodyka treningu zdrowotnego)	1
Тренінг осіб похилого віку (Trening seniora)	2
Спрямованість тренінгу (Trening ukierunkowany)	1
Управління фітнес-клубом (Zarządzanie klubem fitness)	1
Психологія роботи з клієнтом (Psychologia pracy z klientem)	2
Діагностика в персональному тренінзі (Diagnozowanie w treningu indywidualnym)	2
Сучасні форми гімнастики (Nowoczesne formy gimnastyki)	4
Практика в фітнес-клубі, тренажерному залі (Praktyka w klubie fitness, siłowni)	4
Усього	33

Аналіз навчальних програм Академії фізичного виховання імені Броніслава Чеха [547], Академії фізичного виховання імені Юзефа Пілсудського [548], Вищої школи суспільно-природничих наук імені Вінцентеґо Поля в Любліні [676] вказує на відсутність окремих спеціалізацій «Персональний тренер» або «Фітнес-тренер».

Аналіз, проведений нами щодо професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у Польщі, показав, що академічна підготовка таких фахівців здійснюється у восьми вищих навчальних закладах країни, у яких викладаються спеціалізації «Персональний тренер» та «Інструктор з персонального тренінгу».

Республіка Молдова. Відомо, що в Університеті фізичного виховання і спорту (Universitatea de Educație Fizică și Sport) здійснюється підготовка фахівців для галузі фізичної культури та спорту [658]. За аналізом О. Афтимчук, у 2003 році за напрямом «Фізичне виховання і спорт»

(«Educație fizică și sport») була введена навчальна програма для підготовки бакалаврів за спеціальністю «Рекреативна фізична культура». У програму включено модуль «Фітнес», який містить три блоки: «Теорія та методика фітнесу», «Теорія та методика оздоровчої аеробіки» і «Теорія та методика силового фітнесу». Термін навчання складає 4 роки. На рівні магістратури в університеті існує спеціальність «Технології та менеджмент фітнесу». Академічна програма передбачає засвоєння двох навчальних блоків. Перший блок (фундаментальний) включає такі дисципліни: «Епістемологія та методологія досліджень у фізичній культурі», «Менеджмент, тренінг і лідерство у фізичній культурі», «Інформаційні технології, теорія рухової діяльності, медико-біологічні технології в спорті» та «Іноземна мова». У другому блоці (спеціалізованому) студенти повинні оволодіти такими дисциплінами: «Акмеологія фітнесу», «Менеджмент фітнес-клубу», «Основи економічної діяльності клубу», «Психофізіодіагностика у фітнесі», «Спортивний фітнес», «Методологія фітнес-тренування» та дисциплінами за вибором. Термін навчання складає 1,5 роки [30].

Чеська Республіка. Це держава на території Європи, що межує на півночі й заході з Німеччиною, на північному сході – з Польщею, на південному сході – зі Словаччиною, на півдні – з Австрією.

Огляд інформаційних джерел свідчить про незначний вплив освітніх систем країн Європейського Союзу на становлення системи підготовки фахівців з фітнесу в Чехії. Так, можна стверджувати, що професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів або фахівців за спорідненими спеціальностями започаткована лише в двох вищих навчальних закладах, зокрема в Університеті Масарікова (Masarykova Univerzita) та в Коледжі фізичної культури та спорту Палестри (Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra).

Університет Масарікова надає можливість отримати освітній ступінь бакалавра за спеціальністю «Фізичне виховання і спорт» (Tělesná výchova a sport) та спеціалізацією «Аніматор спортивних заходів» («Animator of Sport Activities»). Термін навчання складає 3 роки. На освітньому ступені магістра в цьому Університеті здійснюється дворічна програма зі спеціальності «Прикладна кінезіологія» («Applied Kinesiology»). У дозвільних документах зазначається, що випускники можуть працювати у фітнес-центрах як консультанти, розробники, викладачі програм,

спрямованих на формування здорового способу життя різних груп населення, у тому числі осіб із особливими потребами. Серед дисциплін, які передбачено програмою, можна виділити такі: «Прикладний фітнес: програмування персональних, групових фітнес-програм для осіб різного віку, статі та рівня здоров'я» («Applied fitness exercise»), «Комунікації з клієнтом» («Interaction with the client»), «Формування здорового способу життя» («Advice on a healthy lifestyle»), «Оздоровче та лікувальне харчування» («Nutrition in prevention and disease»), «Прикладна патофізіологія та епідеміологія неінфекційних захворювань» («Applied pathophysiology and epidemiology of non-infectious disease»), «Фізична активність на свіжому повітрі» («Outdoor activities»), «Методи відновлення рухів» («Motion recovery techniques») та ін. [623].

У приватному Коледжі фізичної культури Палестри здійснюється трирічна підготовка бакалаврів за спеціальністю «Спеціаліст у галузі спорту та фітнесу» («Sportovní a kondiční specialista») та підготовка магістрів за спеціальністю «Wellness-спеціаліст» («Wellness specialista») [674].

Таким чином, вивчення досвіду професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у країнах Європейського Союзу свідчить про сформованість умов, які сприяють прискоренню мобільності фахівців в Європі та світі, узгодженню національних реєстрів освітніх кваліфікацій тренерів різних країн, розвитку системи навчання протягом життя та поширенню практики створення міжнародних освітніх програм. Слід зазначити, що в європейських країнах підготовка фітнес-тренерів є розповсюдженою в системі неакадемічної освіти. Проте, підготовка майбутніх фітнес-тренерів здійснюється в окремих державних і приватних закладах вищої освіти.

2.4. Тенденції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти Австралії

За аналітичними даними науково-дослідницького центру бізнесу (Industry Research Division – IBISWorld) Австралії, професія «фітнес-тренер» має значну популярність та є високооплачуваною. Наголошується, що кожного року попит на навчання за професійним спрямуванням «фітнес» зростає приблизно на 4,8% [608].

Система професійного навчання майбутніх фітнес-тренерів, на нашу думку, має спільні риси з освітньою системою Великої Британії, але наявні й відмінності. Відповідно до положень Австралійської кваліфікаційної системи (Australian Qualifications Framework), після закінчення початкового рівня професійно-технічної кваліфікації слухачі отримують сертифікати (Certificates), які поділяються на 4 рівня (I – найнижчий, IV – найвищий). Одержати сертифікат за професійним спрямуванням «фітнес» можна, закінчивши навчання в закладах державної системи професійної освіти, у приватних вищих навчальних закладах, коледжах та університетах. Терміни навчання складають від 6 місяців до 1,5 років. На наступному рівні професійної кваліфікації студенти отримують диплом (Diploma) та «розширений» диплом (Diploma Advanced). Термін навчання за дипломними програмами складає 2-3 роки. Наявність диплому надає можливість слухачу вступити на навчання до університету відразу на 2-3 курс. За умов успішного закінчення університету випускник отримує закінчену повну вищу освіту [560].

Фітнес-тренери повинні бути зареєстрованими в професійних асоціаціях, зокрема «Фітнес Австралії» («Fitness Australia») або «Фізична активність Австралії» («Physical Activity Australia»). Для продовження членства кожному фітнес-тренеру необхідно кожні 2 роки проходити програми підвищення кваліфікації. У таблиці 2.15 подано перелік організацій, у яких здійснюється підготовка фітнес-тренерів в Австралії.

Одним з акредитованих навчальних центрів, у якому надається можливість отримати сертифікати рівня III, IV та диплом спеціаліста (Diploma Personal Trainer), є Міжнародний кар'єрний інститут (International Career Institute – ICI), який має незалежні представництва в різних країнах, зокрема в Новій Зеландії, Великій Британії, Ірландії, США та Канаді. Навчання здійснюється протягом 8-9 місяців у дистанційній та стаціонарній формах.

Навчальним планом передбачено виконання теоретичних і практичних завдань обсягом 90 годин. У Міжнародному кар'єрному інституті після відповідного навчання надається можливість отримати «розширений» диплом персонального тренера (Diploma of Fitness end Diploma advanced), що відповідає рівню початкової вищої освіти [609].

Таблиця 2.15

**Перелік організацій, які здійснюють підготовку фітнес-тренерів
в Австралії**

Назва закладу	Рівень освіти	Форма навчання	Термін навчання
Міжнародний кар'єрний інститут (International Career Institute)	1. Сертифікати III та IV рівнів у фітнесі (Certificate III in Fitness, Certificate IV in Fitness). 2. Диплом з фітнесу або Диплом «розширений» (Diploma of Fitness end Diploma advanced)	Стаціонарна, заочна, дистанційна	8-9 місяців
Сазерленд коледж (Sutherland College)	Сертифікат IV рівня в фітнесі (Certificate IV in Fitness)	Заочна, дистанційна	6 місяців
Індустрія тренування у фітнесі (Fitness Industry Training)	Сертифікат IV рівня в фітнесі (Certificate IV in Fitness)	Стаціонарна, заочна, дистанційна	Не обмежений
Австралійський інститут фітнесу (The Australian Institute of Fitness)	1. Сертифікати III та IV рівнів в фітнесі (Certificate III in Fitness, Certificate IV in Fitness). 2. Диплом у фітнесі (Diploma of Fitness)	Стаціонарна, заочна, дистанційна	Не обмежений
Технологічний інститут Канберри (The Canberra Institute of Technology)	1. Сертифікати III та IV в фітнесі (Certificate III in Fitness, Certificate IV in Fitness). 2. Диплом у фітнесі (Diploma of Fitness)	Стаціонарна, заочна, дистанційна	1 семестр, повний робочий день
Австралійський коледж спорту та фітнесу (The Australian College of Sport & Fitness)	1. Сертифікати в фітнесі (Certificate III in Fitness, Certificate IV in Fitness). 2. Диплом у фітнесі (Diploma of Fitness)	Стаціонарна заочна, дистанційна	Не обмежений
Австралійська заочна школа дистанційної освіти (Australian Correspondence Schools Distance Education)	Диплом у фітнесі (Diploma in Fitness science)	Дистанційна	2500 годин мінімально
Австралійська фітнес академія (Australian Fitness Academy)	1. Сертифікати в фітнесі (Certificate III in Fitness, Certificate IV in Fitness). 2. Диплом у фітнесі (Diploma of Fitness)	Стаціонарна, заочна, дистанційна	Не обмежений
Австралійський коледж фізичного виховання (The Australian College of Physical Education)	1. Сертифікати в фітнесі (Certificate III in Fitness, Certificate IV in Fitness). 2. Бакалавр прикладних наук (Bachelor of Applied Fitness)	Стаціонарна, дистанційна	3 роки

До дисциплін, які пропонуються засвоїти студентам, відносяться такі: «Фізіологія вправ» («Exercise Physiology»); «Принципи рухової діяльності» («Exercise Principles»); «Біомеханіка людини» («Human Biomechanics»); «Оцінка ризиків» («Risk Assessment»); «Аква-фітнес» («Aqua fitness»); «Фізичні вправи, засоби та обладнання» («Aqua fitness, exercise, routines, and equipment»); «Побудова фітнес-програм» («Fitness Program Design»); «Забезпечення фітнес-програм» («Delivering A Fitness Program»); «Ергогенні чинники для профілактики та підвищення працездатності» («Ergogenic Aids to Performance»); «Профілактика травматизму» («Safety & Injury»); «Харчування» («Nutrition»); «Фітнес програми для спеціальних груп населення» («Fitness Programs for Special Groups»); «Принципи фітнесу» («Principles of Fitness»); «Анатомія людини» («Human Anatomy»); «Наука про рухову активність» («Exercise Science»); «Комунікації з клієнтом» («Client Communication»); «Мотивація» («Motivation»); «Програмування у фітнесі» («Fitness Programming») [609].

Сазерленд коледж (Sutherland College) належить до системи державних навчальних закладів (Sydney TAFE). До переліку компетентностей, якими повинні оволодіти випускники, входять такі: SFFFIT421A: планування та здійснення навчання персоналу; SISFFIT416A: застосування методів психології мотивації; SISFFIT415A: робота спільно з медичними та суміжними фахівцями системи охорони здоров'я; SISFFIT417A: складання план тренувального заняття; SISFFIT314A: планування та проведення занять з клієнтами похилого віку; SISFFIT313A: планування та проведення занять для здорових дітей і підлітків; SISFFIT418A: проведення оцінки фізичної підготовленості; SISFFIT420A: планування і проведення занять з метою корекції надлишкової ваги тіла; SISFFIT419A: застосування принципів науки про рухову активність у практичній діяльності; BSBSMB401A: організація малого бізнесу у фітнесі; SSSSTC402A: розробка програм силового та кондиційного тренування; SISFFIT312A: планування та проведення занять з аеробного тренування; SHCIC301E: робота з дитячим контингентом; SFFFIT421A: планування заходів для роботи з персоналом [649].

В Австралійському інституті фітнесу (The Australian Institute of Fitness) [559], Технологічному інституті Канберри (The Canberra Institute of Technology) [566] та Австралійському коледжі спорту та фітнесу (The

Australian College of Sport & Fitness) пропонуються аналогічні за змістом навчальні плани, проте окрема увага приділяється медичному блоку дисциплін.

Особливу увагу, на нашу думку, звертає діяльність Австралійської заочної школи дистанційної освіти (Australian Correspondence Schools Distance Education), яка має давні традиції підготовки кадрів у різних галузях промисловості. Особливим є те, що в цьому закладі системно застосовується проблемний підхід до навчання та розробляються відповідні алгоритми роботи. Студенти, які обрали спеціалізацію «Фітнес», зобов'язані оволодіти знаннями та навичками обсягом 2500 годин, з яких: 800 годин відводиться на проходження обов'язкового модулю, 600 годин – на елективний курс, 200 годин присвячується науковим дослідженням з певної проблематики (передбачається виконання трьох проєктів), 200 годин – вивченню факультативних дисциплін, 600 годин відводиться на формування практичних навичок, 100 годин – на участь у галузевих семінарах, конференціях, фітнес-форумах тощо. До обов'язкового курсу навчання входять такі модулі: BRE101 «Здоров'я та фітнес» («Health & Fitness»); BSC101 «Анатомія та фізіологія людини»: «Біологія людини I» («Human Anatomy & Physiology»: «Human Biology I»); BSC103 «Біохімія тварин та людини» («Biochemistry I Animal and Human»); BBS101 «Основи бізнесу» («Business Studies»); BRE102 «Харчування людини» («Human Nutrition»); BGN101 «Методики навчання» («Instructional Skills»); BRE103 «Управління в сфері дозвілля I» («Leisure Management I»); BRE103 «Управління в сфері дозвілля II» («Leisure Management II»); BGN102 «Науково-дослідницький проєкт» («Research Project»); VBS103 «Охорона здоров'я та безпека на робочому місці» («Workplace Health & Safety»); BGN103 «Семінар» («Workshop»); BRE204 «Управління об'єктами відпочинку II» («Leisure Facility Management 2»); BRE205 «Управління об'єктами відпочинку III» («Leisure Management III»); BRE205 «Управління об'єктами відпочинку IV» («Leisure Management IV»); VIP001 «Галузевий проєкт II» («Industry Project II»). До факультативних модулів віднесено такі: BPS106 «Психологія спорту» («Sports Psychology»); BRE208 «Поглиблений курс аеробіки» («Advanced Aerobics»); BRE207 «Аквафітнес» («Aquafitness»); BRE201 «Здоров'я та фітнес II» («Health & Fitness II»); BSS200 «Основи формування здоров'я»

(«Healthy Buildings»); BRE202 «Харчування людини II» («Human Nutrition II»); BRE210 «Особливості харчування з метою корекції ваги тіла» («Nutrition for Weight Loss»); BRE206 «Силові вправи та супервізія» («Resistance & Gym Supervision»); BGN203 «Практичний семінар II» («Workshop II»); BSC301 «Методи оцінки функцій кардіореспіраторної системи» («Cardiorespiratory Performance»); BRE301 «Здоров'я та фітнес III» («Health & Fitness III»); BRE302 «Харчування людини III» («Human Nutrition III»); BPS305 «Формування здорового способу життя» («Life Coaching»); BRE303 «Харчування в спорті» («Sports Nutrition»); BRE307 «Консультавання з корекції ваги тіла» («Weight Loss Consultant») [557]. Аналіз змісту вищевказаних модулів свідчить про те, що значна увага приділяється оволодінню майбутніми фітнес-тренерами знань з раціонального, лікувального харчування та з методичних аспектів тренування осіб, які мають надлишкову масу тіла.

В Австралії єдиним навчальним закладом, який здійснює професійну підготовку фітнес-тренерів академічного ступеня бакалавр наук зі здоров'я та фітнес-тренінгу (Bachelor Health Science & Fitness Training), є Австралійський коледж фізичного виховання (The Australian College of Physical Education) [556]. Навчальна програма цього коледжу розроблена за участі Асоціації професійного фітнесу Австралії (FPA). Програма розрахована на 3 роки, що складає 6 семестрів по 12 тижнів кожен (табл. 2.16).

Таблиця 2.16

**Фрагмент навчального плану Австралійського коледжу
фізичного виховання (The Australian College of Physical Education)
підготовки бакалаврів наук зі здоров'я та фітнес-тренінгу
(Bachelor Health Science & Fitness Training)**

Код: Назва дисциплін	
I рік навчання	GHS1301U: Основи теорії здоров'я (Understanding Health)
	HSC1102: Хімія (Chemistry)
	HSC1101: Біологія (Biology)
	PER1102: Принципи та програмування у фітнесі (Fitness Principles and Programming)
	HSC1202: Анатомія та фізіологія опорно-рухового апарату (Musculo-Skeletal Anatomy and Physiology)
	HSC1201: Використання математики та статистики в галузі здоров'я та спорту (Application of Maths and Statistics for Health and Sport)
	HSC1203: Біохімія та харчування (Biochemistry and Nutrition)
	PER1203: Методи мотивації у фітнесі (Methods of Motivation in Fitness)

Продовження табл. 2.16

II рік навчання	HSC1256: Прикладна фізіологія рухової діяльності (Applied Exercise Physiology)
	HSC2305: Системна анатомія та фізіологія (Systems Anatomy & Physiology)
	PER2105: Сила та рівень фізичного стану (Strength and Conditioning)
	PER1204: IT - технології в фітнесі (IT in Fitness)
	PER1104: Вступ до менеджменту у фітнесі (Introduction to Responsible Fitness Management)
	GHS2202: Принципи зміцнення здоров'я (Principles of Health Promotion)
	HSC2201: Біомеханіка (Biomechanics)
	HSC1204: Рухова діяльність протягом життя (Exercise Prescription Throughout The Lifespan)
	PER2104: Основи наукових досліджень у спорті та фітнесі (Introduction to Understanding Sport & Fitness Research)
	SPB1205: Управління в малому бізнесі: принципи фітнес-індустрії (Small Business Management: Principles for the Fitness Industry)
	III рік навчання
HSC3203: Патолофізіологія та фармакологія людини (Human Pathophysiology and Pharmacology)	
HSC3102: Механізми профілактики та реабілітації (Mechanics of Prevention & Rehabilitation)	
PER3112: Професійна етика (Professional Integrity)	
PER2374: Психологія (Psychology)	
GHS3256: Діагностика фізичного здоров'я (Health and Physical Assessment)	
PER1207: Соціальна та біологічна роль рухової діяльності (Exercise & Social Development through the Lifespan)	
HSC3202: Формування здорового способу життя (Health, Lifestyle Disease and Exercise Prescription)	

До переваг бакалавра наук у галузі здоров'я та фітнес-тренінзі (Bachelor Health Science & Fitness Training) можна віднести наявність академічної вищої освіти; можливість працювати персональним фітнес-тренером уже після другого року навчання; здатність після закінчення коледжу займати такі посади: «Консультант з реабілітації» («Rehabilitation Consultant»), «Викладач або керівник з підвищення продуктивності праці» («High Performance Coach or Manager»), «Дослідник у галузі здоров'я та фітнесу» («Health or Fitness Researcher»), «Фітнес-лідер для роботи зі спеціальними категоріями населення / кардіологія, геріатрія» («Fitness Leaders for specific demographics / cardiac rehabilitation, exercises for the elderly») та «Персональний тренер» («Personal Trainer»).

Крім того, після закінчення коледжу студентам надається можливість отримати ступінь бакалавра наук за такими спеціальностями:

«Силовий та кондиційний тренінг» (Bachelor Science of «Strength & Conditioning Training»), «Фізіологія рухової діяльності» (Bachelor Science of «Exercise Physiology»), «Спорт» (Bachelor Science of «Sports Science»), «Спорт вищих досягнень (Bachelor Science of «High Performance Sport») та «Виховання» (Bachelor Science of «Education») [556].

Особливістю навчання в Австралійській фітнес-академії (Australian Fitness Academy) є те, що в комплексі з «традиційними» дисциплінами пропонується модуль, спрямований на вивчення засобів профілактики виникнення травм і захворювань опорно-рухового апарату («Musculoskeletal Injury Prevention and Management»); стратегій профілактики хронічних хвороб («Health Management Strategies & Chronic Disease Prevention»); принципів тренування неврологічних хворих («Exercise Guidelines for Neurological Conditions & Disability») та принципів тренування дітей із хронічними хворобами («Exercise Guidelines for Children with Chronic Conditions») [558].

Слід зазначити, що в Австралії система професійної підготовки фітнес-тренера є досить демократичною. Працювати фітнес-тренером може особа, яка має базову середню освіту або спеціальну професійну освіту; профільну або суміжну вищу академічну освіту. Існують університети, у яких здійснюється підготовка у суміжних з фітнесом галузях наук. Так, Університет Південної Австралії (The University of South Australia) пропонує протягом 4-х років отримати ступінь бакалавра прикладних наук за спеціальністю «Фізична активність людини та здоров'я людини» (Bachelor of Applied Science «Human Movement and Health Studies» [666]. В Університеті Ла Тробі (La Trobe University) [614] та в Дікін університеті (The Deakin University) [580] здійснюється підготовка бакалаврів з фізичного виховання та охорони здоров'я (Bachelor of Physical and Health Education). В Університеті Сіднею (The University of Sydney) [668] можна отримати ступінь бакалавра прикладних наук за спеціальністю «Наука про спорт» (Bachelor of Applied Science «Exercise and Sport Science»). Згідно з рекомендаціями Національної Асоціації професійних коледжів (The National Association of Career Colleges), особа, яка має непрофільну академічну вищу освіту та бажає працювати фітнес-тренером, повинна пройти курс спеціалізації з фітнесу та у подальшому підтримувати своє членство шляхом регулярної сертифікації [625].

Отже, практика професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах Австралії має спільні риси з освітньою системою Великої Британії, але помітні й відмінності. Відповідно до положень Австралійської кваліфікаційної системи (Australian Qualifications Framework), після закінчення початкового рівня професійно-технічної кваліфікації слухачі отримують сертифікати (Certificates), які поділяються на 4 рівня (I - найнижчий, IV - найвищий). На наступному рівні професійної кваліфікації, студенти отримують диплом (Diploma) та «розширений» диплом (Diploma Advanced). Єдиним навчальним закладом, який здійснює професійну підготовку фітнес-тренерів академічного ступеня «бакалавр наук» зі здоров'я та фітнес-тренінгу (Bachelor Health Science & Fitness Training), є Австралійський коледж фізичного виховання (Australian College of Physical Education).

2.5. Сучасна практика професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України

З позицій сьогодення, фітнес-індустрія інтенсивними темпами розвивається і в Україні. За даними інформаційно-аналітичної платформи FitnessConnectUA, станом на 2017 рік в Україні 1,02 млн. населення користується послугами фітнес-клубів, а покриття фітнес-послугами (відношення кількості залучених у фітнес людей до населення країни) становить 2,4%. У ході дослідження було виявлено, що в Україні функціонує близько 2000 об'єктів фітнес-індустрії. Більшість фітнес-клубів України розташовані у великих містах: Київ, Харків, Одеса, Дніпро, Львів, Запоріжжя. Так, у Києві зареєстровано 385 клубів, де займалось 217-220 тис. осіб; річний оборот ринку фітнес-послуг України становив 201,8 млн. \$ [596].

На рис. 2.1 представлено місце України у світових рейтингах за кількістю фітнес-клубів.

Отже, в умовах динамічного розвитку фітнесу рівень підготовленості кадрового складу має пріоритетне значення для ефективної конкуренції на ринку праці.

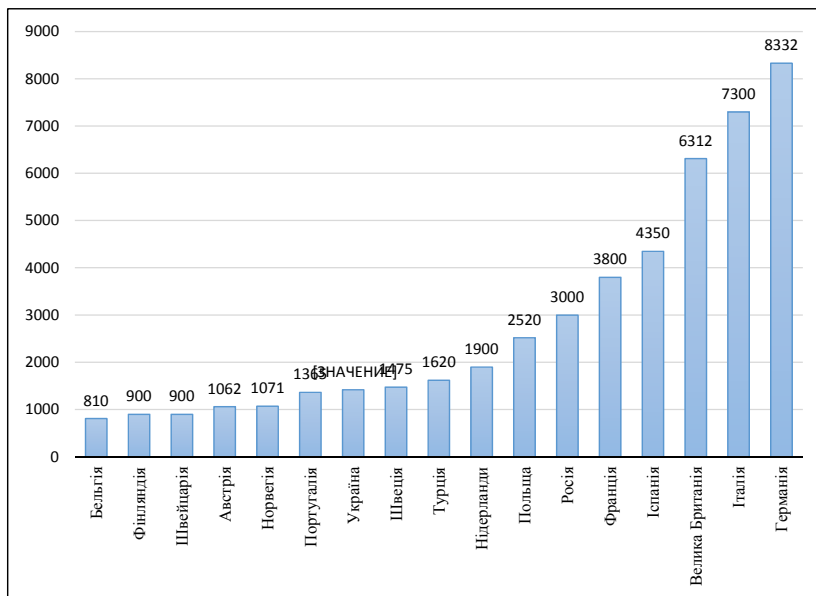


Рис. 2.1. Місце України у світових рейтингах за кількістю фітнес-клубів

У зв'язку з цим, ми вважаємо за необхідне дослідити практичний досвід реалізації програм професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України, висвітлити проблеми відповідності цієї підготовки вимогам роботодавців. За даними «Довідника абітурієнта на 2017-2018 рр» та за інформацією сайтів Приймальних комісій, в Україні підготовку фахівців за спеціалізацією «фітнес-тренер» здійснюють 8 закладів вищої освіти (табл. 2.17).

Разом з тим, в деяких закладах вищої освіти склалася практика підготовки фахівців для сфери оздоровчого фітнесу на освітніх рівнях бакалавр або магістр за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» та спеціалізацією «Тренер-викладач з виду спорту» (тренерсько-викладацька діяльність) або спеціальністю 014 «Середня освіта» («Фізична культура»). В освітніх програмах у частині «Перелік посад, які може обіймати випускник» надається наступний перелік: інструктор-методист оздоровчих груп (робота в тренажерних комплексах (залах), спортивних клубах, оздоровчих і фітнес-центрах), фітнес-тренер.

Таблиця 2.17

**Заклади вищої освіти в Україні, в яких здійснюється підготовка
фахівців за спеціалізацією (спеціальністю) «фітнес-тренер»
(станом на 01.01.2018)**

№ з/п	Заклад вищої освіти	Спеціальність (спеціалізація/спеціальність)	Освітній рівень
1	Національний університет фізичного виховання і спорту України	017 «Фізична культура і спорт» («Фітнес та рекреація»)	Бакалавр, магістр
2	Львівський державний університет фізичної культури	017 «Фізична культура і спорт» («Фітнес та рекреація»)	Магістр
3	Луганський національний університет імені Тараса Шевченка	«Фізична культура і спорт» («Фітнес та рекреація»)	Магістр
4	Київський університет імені Бориса Грінченка	017 «Фізична культура і спорт» («Фітнес та рекреація»)	Бакалавр
5	Хмельницький національний університет	017 «Фізична культура і спорт» (Спортивно зорієнтований фітнес)	Бакалавр
6	ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»	227 Фізична терапія, ерготерапія (Бакалавр з фізичної терапії, ерготерапії. Фітнес-тренер)	Бакалавр
7	Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки	017 «Фізична культура і спорт» (Фітнес і туризм)	Бакалавр
		014 «Середня освіта» (фізична культура) Фітнес і туризм	Бакалавр
		014 «Середня освіта» (фізична культура) (Фітнес-тренер)	Магістр
8	Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича	017 «Фізична культура і спорт» («Фітнес та рекреація»)	Бакалавр

До закладів вищої освіти, у яких реалізується подібна практика, можна віднести такі: Класичний приватний університет, Запорізький національний університет, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Харківська державна академія фізичної культури, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Академія рекреаційних технологій і права (м. Луцьк), Сумський державний педагогічний університет ім. А. С. Макаренка.

Варто зауважити, що станом на 2012 рік в Україні здійснювали професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів лише декілька закладів вищої освіти. До них відносились Національний університет фізичного виховання і спорту, Львівський державний університет фізичної культури та Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича.

Для дослідження стану готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності нами було опитано студентів 4-5 курсів (кваліфікація «Тренер з виду спорту», «Вчитель фізичної культури», «Організатор спортивно-масової роботи», «Викладач фізичного виховання», «Фітнес-тренер»), які навчалися в закладах вищої освіти України. Анкета репрезентована у додатку А.

В анкетуванні брали участь 690 студентів, з них 62 студенти Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту, 58 студентів Донецького державного інституту здоров'я, фізичного виховання і спорту при Національному університеті фізичного виховання і спорту України, 54 студенти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, 52 студенти Інституту здоров'я, спорту і туризму Класичного Приватного університету, 56 студентів Львівського державного університету фізичної культури, 50 студентів Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, 50 студентів Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, 64 студенти Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка, 69 студентів Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, 56 студентів Харківської державної академії фізичної культури, 64 студенти Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, 55 студентів Луганського національного університету імені Тараса Шевченка.

Аналізуючи відповіді студентів щодо того, чи планують вони працювати у сфері фітнесу після закінчення університету, можна стверджувати, що досить значна кількість студентів планують працювати у сфері фітнесу (50,29%), 20% – не планують, а 29,71% опитуваних не змогли дати відповідь (рис. 2.2).

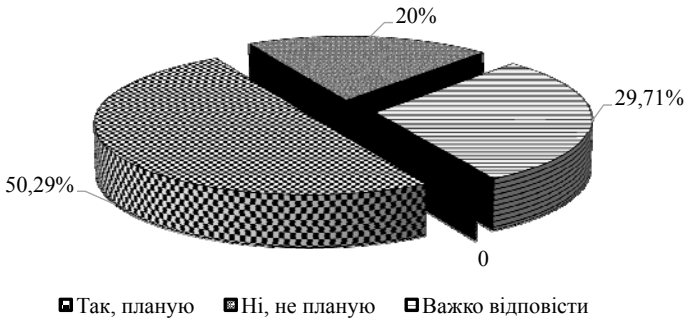


Рис. 2.2. Розподіл відповідей студентів щодо планів працювати у сфері фітнесу, %

Аналізуючи відповіді студентів, опитаних щодо того, чи задоволені вони рівнем наявної сучасної науково-методичної літератури необхідної для майбутньої професійної діяльності фітнес-тренера, можна стверджувати, що задоволеними вважають себе 30,43% опитаних студентів; не задоволеними – 45,65% респондентів; 23,92% опитаних студентів було важко відповісти на це питання.

Таким чином, відповіді опитаних свідчать про необхідність розповсюдження спеціальної літератури серед закладів фізкультурного профілю.

Зауважимо, що лише 10,43% респондентів часто відвідують фітнес-конвенції та майстер-класи, які проводять провідні фахівці з фітнесу; інколи відвідують – 15,08% опитаних студентів; не відвідує заходи більшість опитаних студентів – 74,49%. Таку ситуацію можна пояснити низьким розвитком фітнес-культури в містах України, недостатнім рівнем фінансового забезпечення подібних заходів тощо.

У процесі опитування ми намагалися з'ясувати думку студентів щодо їх підготовленості з дисциплін загально-професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Так, окреме питання мало на меті визначити рівень застосування знань з низки теоретичних дисциплін. Викликає занепокоєння той факт, що значний відсоток опитуваних студентів володіє знаннями з певних дисциплін, але не може застосувати їх на практиці (рис. 2.3).

До таких дисциплін належать: «Загальна теорія здоров'я» (43,19%), «Перша допомога при невідкладних станах» (69,28%), «Теорія і технології оздоровчо-рекреативної рухової активності» (43,77%). До того ж, виявлено незначний відсоток студентів, які вважають, що не володіють знаннями з названих дисциплін (4,64%, 2,03%, 3,62% відповідно). Це вказує про нездатність майбутніх фахівців здійснювати професійну діяльність у сфері фізичної культури і спорту на високому рівні.

Визначальним є те, що більше половини опитаних студентів можуть застосовувати знання з таких дисциплін, як «Теорія та методика фізичного виховання» і «Педагогіка та психологія» (65,79% та 63,04% відповідно). Це свідчить про високу якість викладання таких традиційних для спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» знань (рис. 2.3).

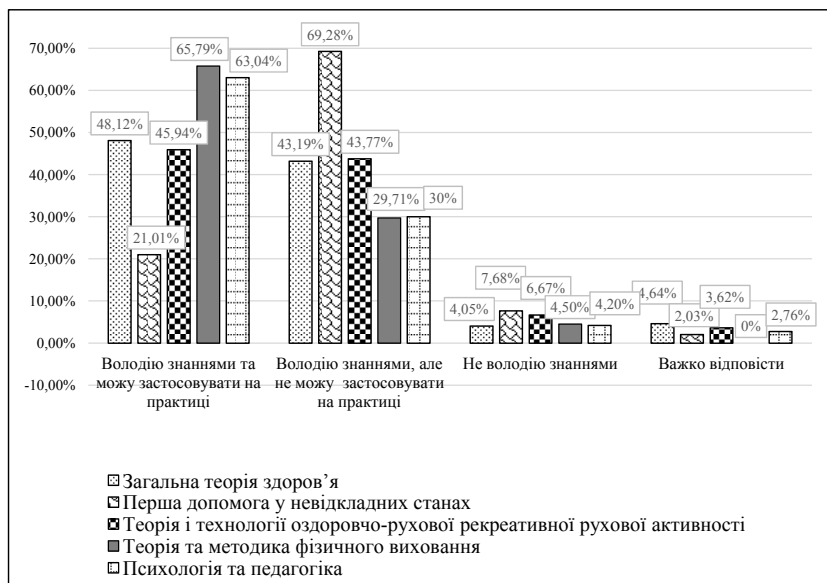


Рис. 2.3. Розподіл відповідей студентів щодо застосування знань з дисциплін загально-професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти («Загальна теорія здоров'я», «Теорія і технології оздоровчо-рекреативної рухової активності», «Психологія та педагогіка», «Перша допомога при невідкладних станах», «Теорія та методика фізичного виховання»), %

Аналіз результатів опитування студентів щодо рівня застосування знань з таких дисциплін, як «Анатомія», «Фізіологія», «Іноземна мова» та «Основи раціонального харчування» показав, що відсоток респондентів щодо їх здатності та нездатності використовувати знання на практиці розподілився приблизно у рівній кількості (рис. 2.4). Так, знання з дисципліни «Анатомія» 43,48% опитаних студентів можуть застосовувати на практиці, а 31,74% – не можуть; знання з дисципліни «Фізіологія» 31,74% опитаних студентів можуть застосовувати на практиці, а 43,48% – не можуть застосовувати знання на практиці. Щодо інших дисциплін спостерігається подібна закономірність розподілу відсотків. Негативним фактом є те, що досить значна кількість опитаних не можуть визначитися з власним рівнем знань (дисципліна «Анатомія» – 18,55%, «Фізіологія» – 16,38%, та «Основи раціонального харчування» – 10,44% опитаних студентів).

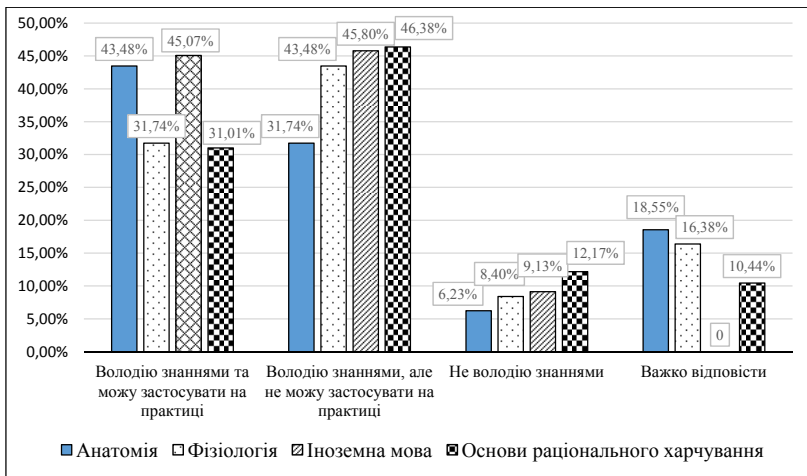


Рис. 2.4. Розподіл відповідей студентів щодо застосування знань з дисциплін загально-професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти («Анатомія», «Фізіологія», «Іноземна мова», «Основи раціонального харчування»), %

Наступне питання мало за мету визначити думку студентів щодо їх здатності продемонструвати техніку виконання фізичних вправ за видами

фітнесу та фізичної рекреації. На жаль, результати анкетування свідчать про те, що вважають себе не здатними продемонструвати такі навички 91,89% опитаних студентів зі СПА-технологій, 38,26% – з аквааеробіки; 34,93% респондентів – з аеробіки; 55,07% – з ментального фітнесу (рис. 2.5).

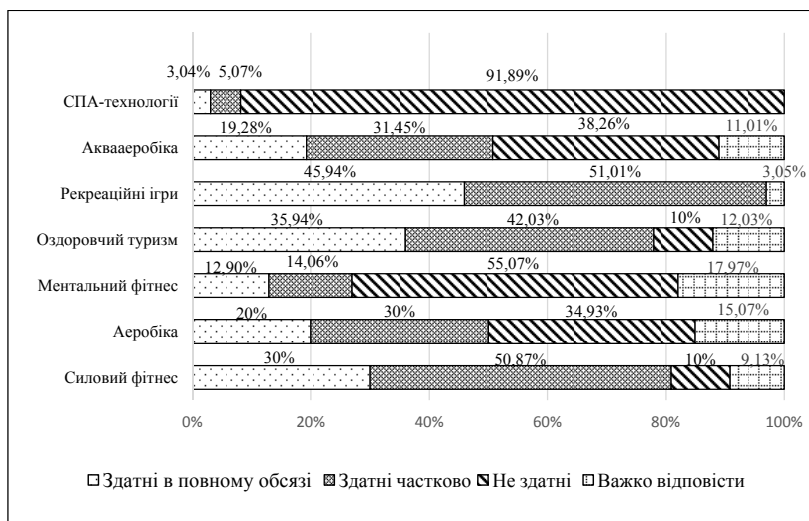


Рис. 2.5. Розподіл відповідей студентів щодо їх здатності продемонструвати техніку виконання фізичних вправ за видами фітнесу та фізичної рекреації, %

Зауважимо, що названі вище дисципліни є професійно значущими для підготовки майбутнього фітнес-тренера.

Дещо краща ситуація спостерігається зі здатністю студентів демонструвати техніку виконання фізичних вправ з оздоровчого туризму (35,94% – можуть це робити в повному обсязі та 42,03% – можуть демонструвати техніку виконання фізичних вправ частково), з рекреаційних ігор (45,94% – можуть демонструвати техніку виконання фізичних вправ в повному обсязі та 51,01% – можуть демонструвати частково), з силового фітнесу (30% – можуть демонструвати в повному обсязі та 50,87% – можуть демонструвати техніку виконання фізичних вправ частково).

Для нас важливим було з'ясувати здатність студентів розробляти програми занять з видів фітнесу та фізичної рекреації. Розподіл відсотків свідчить про кращу методичну підготовленість студентів у порівнянні з технічною (рис. 2.6). Так, виявилось, що з рекреаційних ігор 61,01% респондентів вважають себе здатними в повному обсязі розробляти програми, 34,35% – здатними частково розробляти програми, не здатними це робити – 4,64% опитаних студентів.

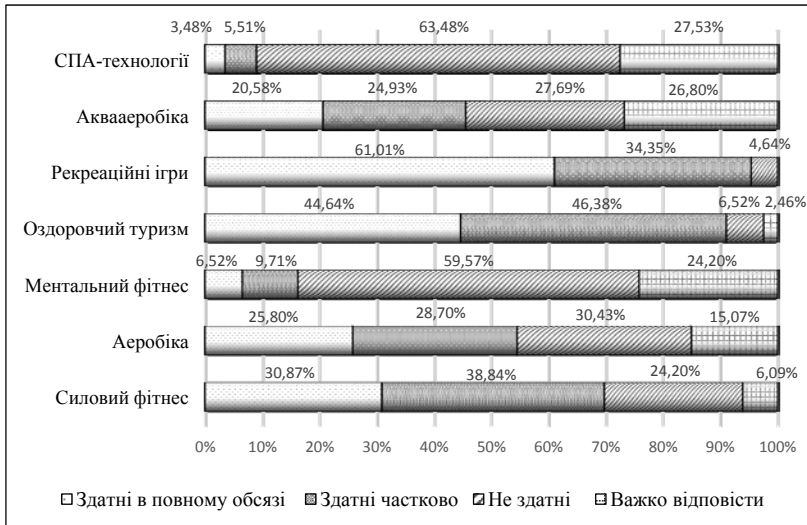


Рис. 2.6. Розподіл відповідей студентів щодо їх здатності розробляти програми занять з видів фітнесу та фізичної рекреації, %

Така ж тенденція спостерігається й у оздоровчому туризмі: 44,64% респондентів здатні в повному обсязі розробляти програми; 46,38% – здатні частково, а 6,52% – не здатні це робити. Разом з цим, спостерігається значно менший відсоток опитаних студентів, здатних у повному обсязі розробляти програми з аквааеробіки (20,58%), з ментального фітнесу (6,52%), з аеробіки (25,80%), з силового фітнесу (30,87%) та зі СПА-технологій (3,48%). На нашу думку, негативною тенденцією є виявлений значний відсоток студентів, які не здатні розробляти програми зі СПА-технологій (63,48%), з аквааеробіки (27,69%), ментального фітнесу (59,67%), з аеробіки (30,43%) та з силового

фітнесу (24,20%). Для такої категорії студентів додаткова підготовка на професійних курсах є необхідною умовою працевлаштування.

Аналіз відповідей щодо здатності студентів застосовувати знання й навички з «продажу» фітнес-послуги та сервісного обслуговування клієнта фітнес-клубу показав, що можуть це робити в повному обсязі тільки 34,93% респондентів; здатні, але не в повному обсязі – 44,93%; не здатні – 14,05%; не змогли відповісти 6,09% респондентів.

Ще гірша ситуація виявляється зі здатністю студентів розробляти фітнес-програми для осіб з факторами ризику захворювань. Так, здатними в повному обсязі це робити вважають себе 21,74% респондентів; здатними, але не в неповному обсязі – 31,88%; не здатними розробляти такі програми вважають себе 26,09% опитаних студентів.

Важливим моментом, на нашу думку, було з'ясувати чинники, які заважають формуванню в студентів професійної компетентності фітнес-тренера.

Очікуваним виявилось те, що для більшості (51,88%) чинником, який найбільше заважає формуванню професійної компетентності фітнес-тренера, була незначна кількість практичних занять з напрямів фітнесу (рис. 2.7).

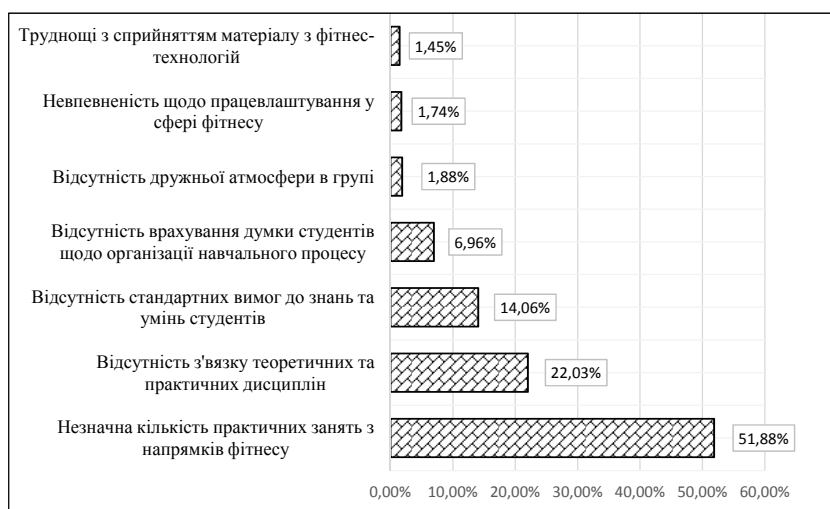


Рис. 2.7. Розподіл відповідей студентів щодо чинників, які заважають формуванню професійної компетентності фітнес-тренера, %

На другому місці виявився такий чинник, як відсутність стандартних вимог до знань та умінь студентів (14,06%). Також 6,96% опитаних студентів відмітили відсутність урахування думки студентів щодо організації навчального процесу; для решти студентів важливими виявилися такі чинники, як відсутність дружньої атмосфери, невпевненість щодо працевлаштування у сфері фітнесу, труднощі зі сприйняттям матеріалу з фітнес-технологій (1,88%, 1,74%, 1,45% відповідно).

Ми вважаємо, що отримані результати свідчать про необхідність трансформації педагогічних умов реалізації професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Отже, у результаті анкетування студентів, можна зробити висновок, що рівень їх професійної підготовленості з фахових дисциплін залишається досить низьким.

З метою виявлення важливих аспектів професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти нами було проведено анкетування серед науково-педагогічних працівників закладів вищої освіти фізкультурного профілю. В анкетуванні брали участь 311 науково-педагогічних працівників, зокрема 32 викладачі Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту, 16 викладачів Донецького державного інституту здоров'я, фізичного виховання і спорту при Національному університеті фізичного виховання і спорту України, 26 викладачів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, 16 викладачів Інституту здоров'я, спорту і туризму Класичного Приватного університету, 36 викладачів Львівського державного університету фізичної культури, 29 викладачів Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, 18 викладачів Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, 19 викладачів Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка, 32 викладачі Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, 30 викладачів Харківської державної академії фізичної культури, 35 викладачів Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, 22 викладачі Луганського національного університету імені Тараса Шевченка.

Анкета для науково-педагогічних працівників репрезентована в додатку Б.

Аналіз відповідей опитаних науково-педагогічних працівників свідчить, що 70,42% вважають доцільним здійснення підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з метою отримання кваліфікації «фітнес-тренер» (рис. 2.8).

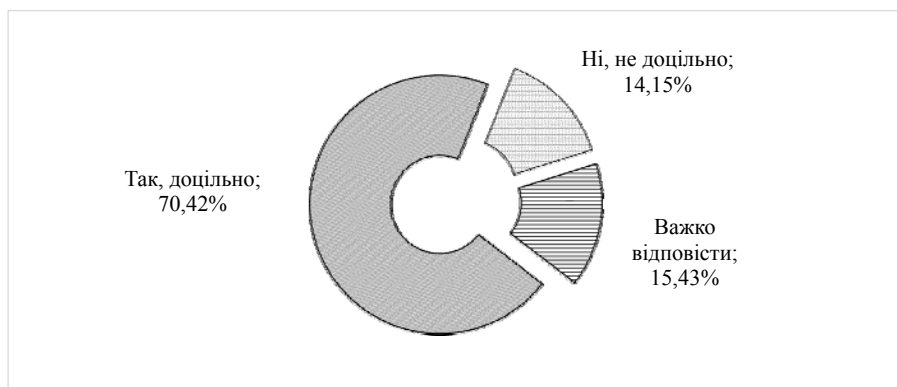


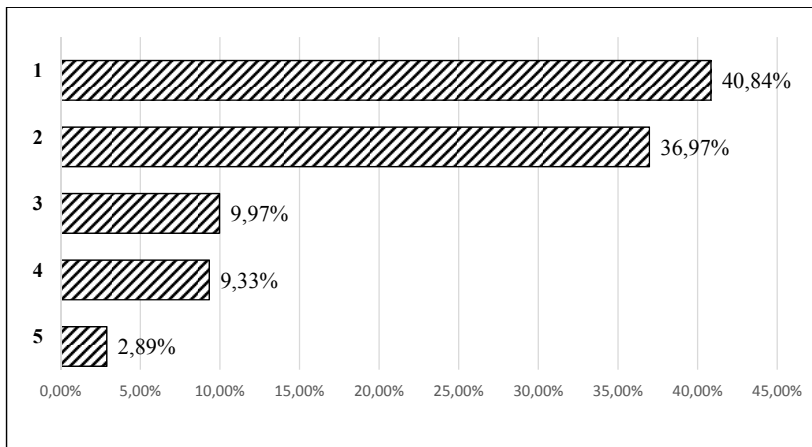
Рис. 2.8. Розподіл відповідей науково-педагогічних працівників щодо доцільності здійснення підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з метою отримання кваліфікації «фітнес-тренер», %

Хоча є частина опитуваних – 14,15%, яка вважає це не доцільним; 15,43 % науково-педагогічних працівників взагалі було важко відповісти на запитання. Така ситуація в певній мірі свідчить про наявність скептичного ставлення до професії «фітнес-тренер» серед викладачів.

Крім того, ми намагалися дізнатися у викладачів їхню думку щодо найбільш прийняттого варіанту базової вищої фізкультурної освіти для майбутніх фітнес-тренерів. Відповіді на це запитання були розподілені наступним чином (рис. 2.9).

Як видно на рис. 2.9, більшість опитаних респондентів – 40,84% обрали варіант базової вищої фізкультурної освіти з метою отримання спеціалізації «Фітнес-тренер»; 36,97% (115) – варіант базової вищої фізкультурної освіти з метою отримання спеціалізації «Тренер з виду спорту» та засвоєнням дисциплін вільного вибору з циклу «Фітнес-технології»; 9,97% опитаних вважають найбільш прийнятним варіантом

базову вищу фізкультурну освіту з метою отримання спеціалізації «Учитель фізичної культури» та засвоєнням дисциплін вільного вибору з циклу «Фітнес-технології»; 9,33% опитаних викладачів обрали базову вищу фізкультурну освіту з метою отримання спеціалізації «Фахівець з фізичної реабілітації» та засвоєнням дисциплін вільного вибору з циклу «Фітнес-технології»; 2,89% опитаних викладачів не визначилися з відповіддю.



- 1 – Отримання спеціалізації «Фітнес-тренер»;
- 2 – Отримання спеціалізації «Тренер з виду спорту» із засвоєнням дисциплін вільного вибору з циклу «Фітнес-технології»;
- 3 – Отримання спеціалізації «Учитель фізичної культури» із засвоєнням дисциплін вільного вибору з циклу «Фітнес-технології»;
- 4 – Отримання спеціалізації «Фахівець з фізичної реабілітації» із засвоєнням дисциплін вільного вибору з циклу «Фітнес-технології»;
- 5 – Важко відповісти

Рис. 2.9. Розподіл відповідей науково-педагогічних працівників щодо найбільш прийнятної форми базової вищої фізкультурної освіти для майбутніх фітнес-тренерів, %

Наступне питання анкети мало за мету з'ясувати думку викладачів про те, чи повинна відрізнитися система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладі вищої освіти від професійної підготовки майбутніх тренерів з виду спорту.

Так, більшість фахівців 53,05% вважають, що система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладі вищої освіти повинна відрізнятися від професійної підготовки майбутніх тренерів із видів спорту. Незважаючи на це, 27,33% опитаних так не вважають. Певній кількості викладачів важко було відповісти на це запитання 19,62% (рис. 2.10).

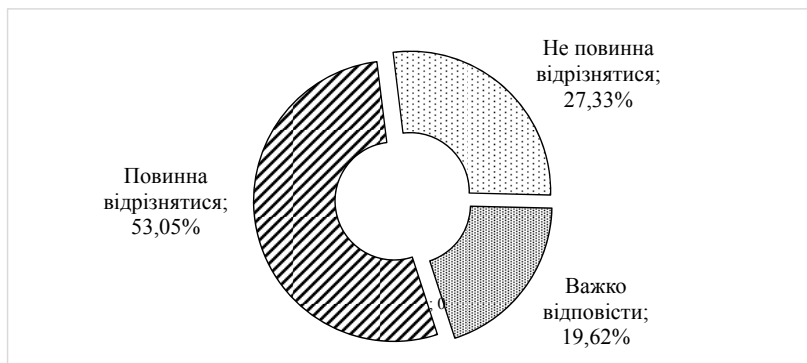


Рис. 2.10. Розподіл відповідей викладачів щодо того, чи повинна відрізнятися система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладі вищої освіти від професійної підготовки майбутніх тренерів з виду спорту, %

На питання: «Чи висловлюють Ваші студенти бажання оволодіти додатковими знаннями, уміннями та навичками, які дозволили б їм працювати у фітнес-клубах?», більшість викладачів – 51,13% відмітили це бажання у студентів, 20,58% опитаних викладачів вважають, що студенти не висловлюють такого бажання; 28,29% опитаних викладачів мали труднощі з відповіддю.

Цікаво було дізнатися в науково-педагогічних працівників про ступінь їх обізнаності щодо сучасних фітнес-технологій. На жаль, обізнаними з більшістю інновацій в оздоровчому фітнесі вважають себе всього 39,86% респондентів. Певні уявлення про сучасні фітнес-технології мають 42,45% опитаних. Не обізнаними з сучасними фітнес-технологіями вважають себе 12,22% опитаних викладачів; 5,74% респондентів – мали труднощі з відповіддю.

Відомо, що фітнес-конвенції, форуми та семінари є одним із ефективних засобів підвищення кваліфікації фахівців у сфері фітнесу. За даними анкетування, 41,48% викладачів беруть участь у цих заходах. Досить значний відсоток опитуваних викладачів – 45,02% не вважають необхідним це робити. Крім того, 13,50% опитуваних викладачів було важко відповісти на це питання, що свідчить про певну пізнавальну пасивність науково-педагогічних працівників щодо інновацій у сфері фізичної культури та спорту (рис. 2.11).

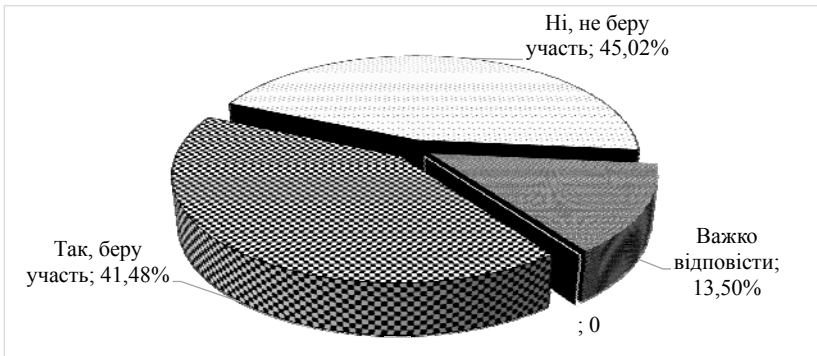


Рис. 2.11. Розподіл відповідей науково-педагогічних працівників щодо їх участі у форумах, фітнес-конвенціях і семінарах для підвищення власної професійної кваліфікації, %

Наступне питання було зорієнтоване на з'ясування того, чи викладаються у закладах вищої освіти певні дисципліни циклу професійної та практичної підготовки майбутніх фітнес-тренерів. Аналіз характеру відповідей респондентів свідчить про те, що в більшості навчальних закладів викладаються такі дисципліни, як «Теоретичні основи фізичної рекреації» (68,17%), «Оздоровчий туризм та орієнтування» (88,42%), «Види аеробіки» (86,82%), «Рекреаційні ігри» (100%). Разом з тим, на жаль, значна кількість викладачів зазначила, що в їх закладах вищої освіти не викладаються такі дисципліни, як: «Ментальний фітнес» (70%), «СПА-технології» (52,41%), «Менеджмент і маркетинг в сфері фітнесу та рекреації» (41,48%), «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» (39,22%), «Персональний тренінг» (40,51%) (рис. 2.12).

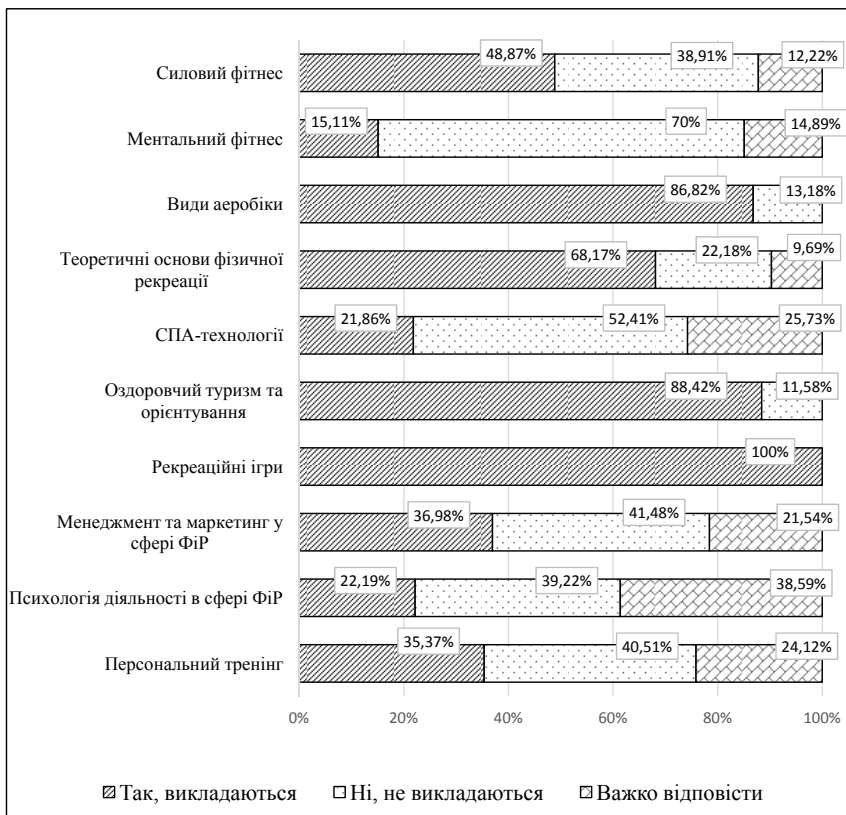


Рис. 2.12. Розподіл відповідей викладачів щодо викладання дисциплін циклу професійної та практичної підготовки майбутнього фітнес-тренера, %

Деякі питання анкети мали за мету виявити дидактичні особливості здійснення навчального процесу в закладах вищої освіти фізкультурного профілю. Так, відсоток відповідей на запитання «Чи проводите Ви (або Ваші колеги) тренінги для студентів за наступними темами?» розподілився наступним чином (рис. 2.13). Встановлено, що більшість викладачів не проводять тренінги на теми «Презентація фітнес-послуги» (40,19%), «Конфлікт з клієнтом та шляхи його вирішення» (41,16%), «Типологія клієнта та тренера» (70,10%), «Мотивація клієнта» (67,52%), «Мої акторські здібності» (80,39%). На нашу думку, така ситуація не сприяє формуванню компетентності майбутнього фітнес-тренера.

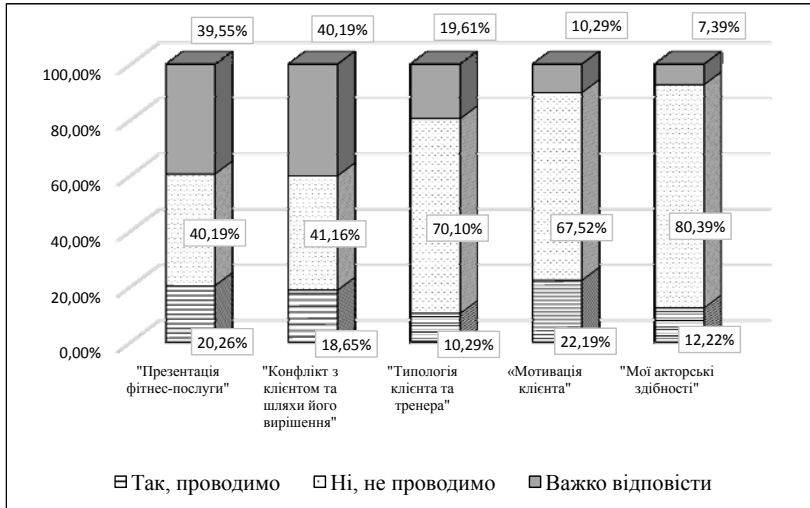


Рис. 2.13. Розподіл відповідей викладачів щодо проведення тренінгів, %

Аналіз відповідей респондентів стосовно того, чи практикують викладачі складання зі студентами портфоліо, показав, що лише 29,26% (91) опитаних викладачів практикують таку форму навчальної роботи, 70,74% (220) не практикують складання портфоліо зі студентами.

Щодо проведення бінарних лекцій, то більшість викладачів – 65,28% (203) їх не застосовують у навчальному процесі, а 10,29% (32) застосовують такий вид лекції; решта – 24,43% (76) не визначилися з відповіддю.

Наступне питання було присвячене з'ясуванню чинників, які заважають викладачам здійснювати навчальний процес для майбутніх фітнес-тренерів на високому методичному та організаційному рівні. Результати опитування свідчать, що такий чинник, як «відсутність співпраці з роботодавцями», заважає найбільшій кількості викладачів (31,19%); «недосконалість матеріально-технічної бази» також відмічена значною кількістю опитаних респондентів (30,87%), «низька навчальна мотивація студентів» заважає 30,90% опитаних викладачів. Цікавим, на нашу думку, є те, що більшості респондентів не заважає працювати низький рівень знань студентів (рис. 2.14).

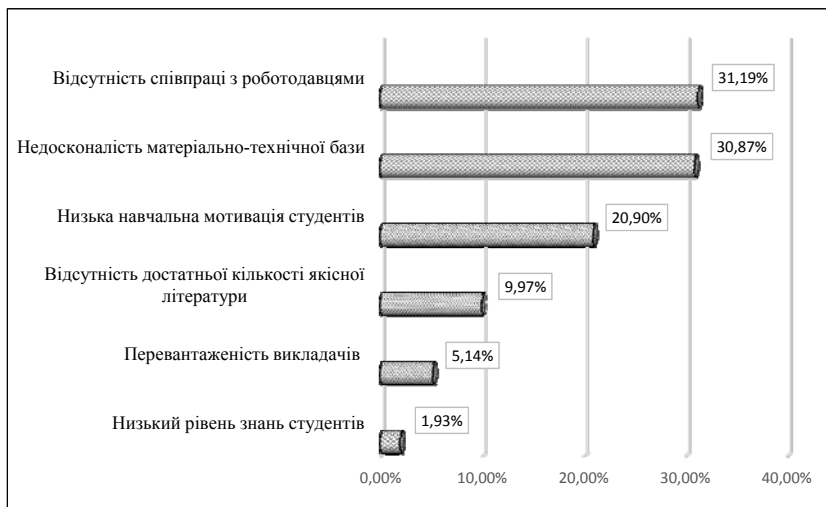


Рис. 2.14. Розподіл відповідей викладачів стосовно того, який чинник найбільше заважає здійснювати навчальний процес для майбутніх фітнес-тренерів на високому методичному та організаційному рівні, %

Отже, узагальнення відповідей опитаних викладачів свідчить про наявність проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів і недостатнє усвідомлення науково-педагогічними працівниками закладів вищої освіти важливості вдосконалення змісту та форм навчального процесу для таких фахівців. Не викликає сумнівів той факт, що вища освіта повинна орієнтуватися на запити ринку праці та спрямовувати свої зусилля на підготовку конкурентоспроможного фахівця. У зв'язку з цим, нам було важливо дослідити думку роботодавців щодо сучасного стану підготовленості майбутніх фітнес-тренерів – випускників закладів вищої освіти.

Для досягнення мети дослідження ми провели опитування 38 менеджерів провідних фітнес-клубів та співробітників навчальних центрів України. Анкета для роботодавців розміщена в додатку В.

За результатами анкетування, більшість опитаних – 35 осіб (92,11%) вважає, що однією з проблем підготовки кадрів для сфери фітнесу є відсутність стандартних вимог до рівня їх компетентності, частково з цим згодні 3 особи – 7,89% респондентів (рис. 2.15).

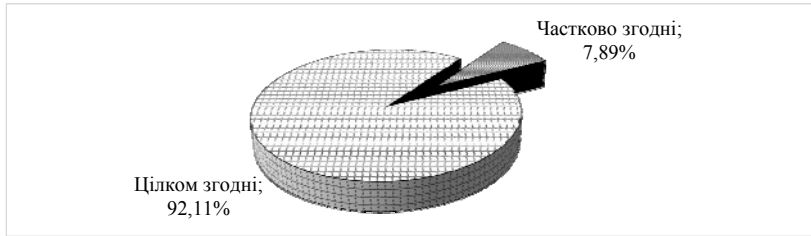


Рис. 2.15. Розподіл відповідей роботодавців стосовно того, чи згодні вони з твердженням, що однією з проблем підготовки фітнес-тренерів є відсутність стандартних вимог до рівня їх компетентності, %.

При цьому переважна більшість роботодавців (42,11%) упевнена, що працювати на посаді фітнес-тренера повинні особи, які здобули вищу фізкультурну освіту та отримали спеціалізацію «Фітнес-тренер». Приблизно порівну розподілилися думки опитаних стосовно того, що достатньою вимогою для прийому на роботу може бути наявність у претендентів вищої фізкультурної освіти та спеціалізації «Тренер з виду спорту» або «Фізична реабілітація» (21,05% та 23,68% відповідно) (рис. 2.16).

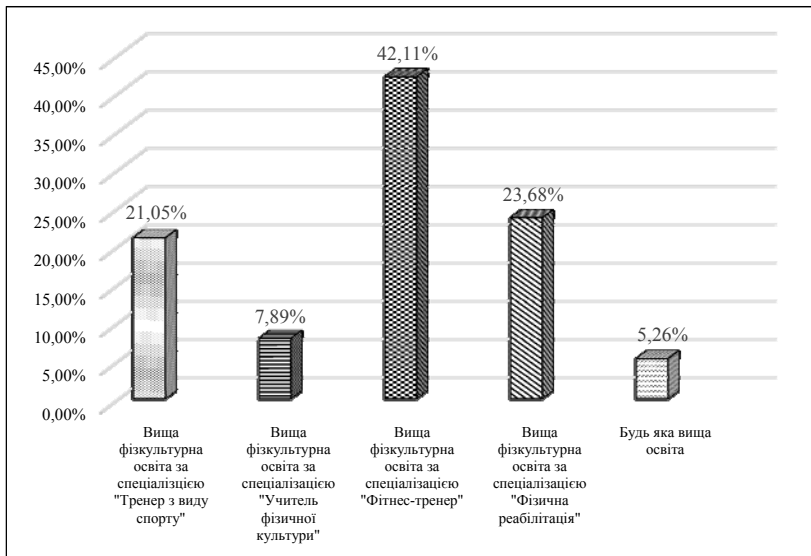


Рис. 2.16. Розподіл відповідей роботодавців щодо освіти, яку повинні здобути фахівці, що планують працювати на посаді фітнес-тренера, %

Слід вказати на те, що 17% респондентів вважають, що працювати на посаді фітнес-тренера повинні особи, які здобули вищу фізкультурну освіту та отримали спеціалізацію «Учитель фізичної культури», а для 5,26% опитаних роботодавців є достатньою наявність у претендентів будь-якої вищої освіти.

Отже, для роботодавців пріоритетним є не скільки профіль освіти, скільки здатність виконувати професійні обов'язки фітнес-тренера.

Аналізуючи результати опитування щодо необхідності співпраці роботодавців у сфері фітнесу та закладів вищої освіти, які здійснюють підготовку майбутніх фітнес-тренерів, можна зробити висновок про те, що лише половина опитаних (50%) вважають необхідною таку співпрацю. 39,47% респондентів не вважають необхідною співпрацю, 10,53% роботодавців було важко визначитися (рис. 2.17).

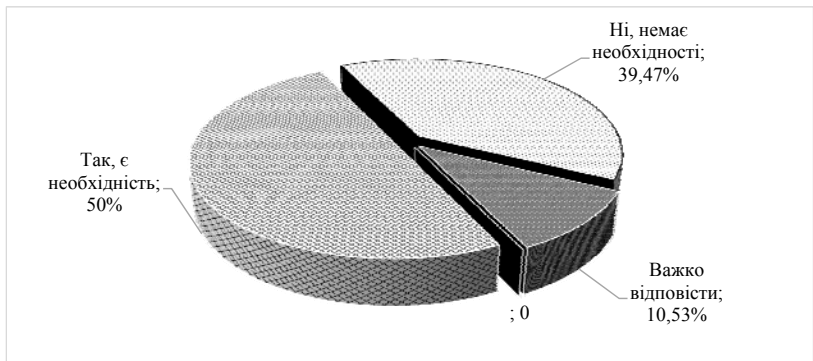


Рис. 2.17. Розподіл відповідей роботодавців щодо необхідності співпраці роботодавців у сфері фітнесу та закладів вищої освіти, які здійснюють підготовку майбутніх фітнес-тренерів,%

Такий характер відповідей експертів свідчить про недостатній рівень авторитету закладів вищої освіти в ділових колах фітнес-індустрії.

У процесі анкетування нам було цікаво дізнатися, чи є перевагою при прийомі на роботу наявність у майбутнього фітнес-тренера спортивного звання. Встановлено, що більшість роботодавців (63,16%) так не вважають, проте 28,95 % опитаних надають перевагу спортсменам високого класу при прийомі на роботу. 7,89% опитаних респондентів не змогли визначитися із відповіддю (рис. 2.18).

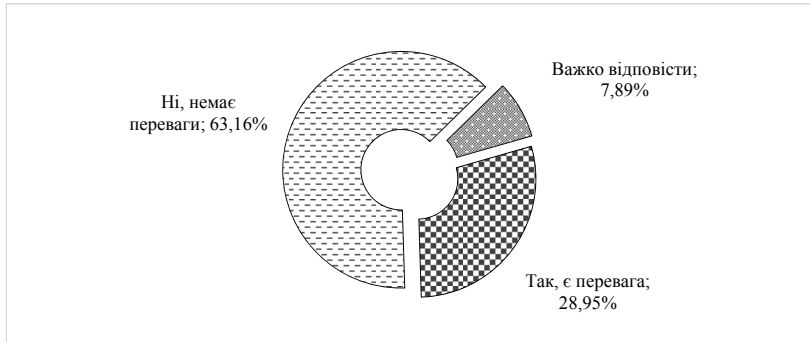
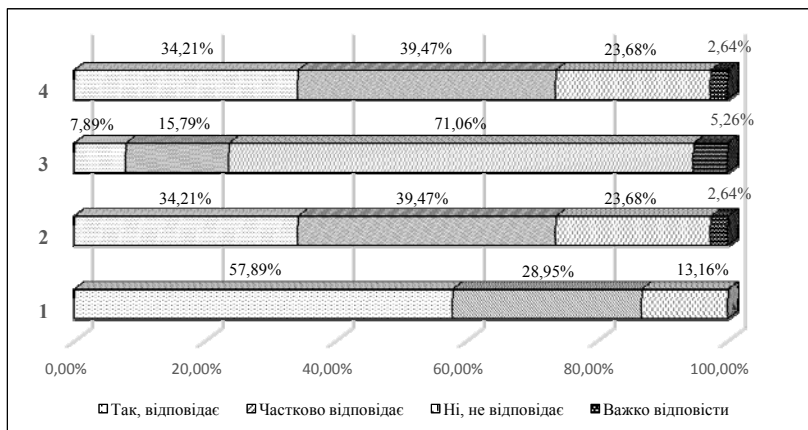


Рис. 2.18. Розподіл відповідей роботодавців стосовно того, чи є перевагою при прийомі на роботу наявність у майбутнього фітнес-тренера спортивного звання, %

Наступне запитання було спрямоване на з'ясування думки роботодавців щодо відповідності їх вимогам рівня теоретичної та практичної підготовленості майбутніх фітнес-тренерів, що проходять стажування у фітнес-клубі. Позитивним є те, що більшість опитаних (57,89%) відмітили рівень теоретичної підготовленості студентів, як такий, що відповідає їх вимогам; для 28,95% опитаних роботодавців рівень теоретичних знань студентів частково відповідає їх вимогам; 13,16% респондентів вважають, що рівень теоретичних знань студентів не відповідає їх вимогам (рис. 2.19).

Разом з тим, зафіксована думка 71,06% опитаних роботодавців про те, що рівень технічної підготовленості з напрямів фітнесу, яким володіють майбутні фітнес-тренери, не відповідає їх вимогам; лише 7,89% опитаних роботодавців відмітили відповідність такої підготовленості висунутим вимогам, а 15,79% відмітили часткову відповідність.

Дещо краще оцінили роботодавці рівень практичних навичок майбутніх фітнес-тренерів з розробки фітнес-програм. Так, 34,21% респондентів відзначили відповідність таких навичок вимогам, 39,47% – часткову відповідність, 23,68% опитаних роботодавців відмітили невідповідність рівня навичок студентів з розробки фітнес-програм висунутим вимогам. Подібна тенденція розкиду думок експертів спостерігається й щодо рівня відповідності організаційних навичок майбутніх фітнес-тренерів.



1 – Чи відповідає Вашим вимогам рівень теоретичної підготовленості майбутніх фітнес-тренерів, що проходять стажування у Вашому фітнес-клубі.

2 – Чи відповідає Вашим вимогам рівень практичної підготовленості з розробки фітнес-програм, який мають майбутні фітнес-тренери, що проходять стажування у Вашому фітнес-клубі.

3 – Чи відповідає Вашим вимогам рівень технічної підготовленості з напрямів фітнесу, яким володіють майбутні фітнес-тренери, що проходять стажування у Вашому фітнес-клубі.

4 – Чи відповідає Вашим вимогам рівень демонстрації організаційних навичок з напрямів фітнесу, яким володіють майбутні фітнес-тренери, що проходять стажування у Вашому фітнес-клубі.

Рис. 2.19. Розподіл відповідей роботодавців щодо різних аспектів підготовленості майбутніх фітнес-тренерів, що проходять стажування, %

Для вирішення завдань дисертаційного дослідження нам важливо було з'ясувати перелік вимог до знань, умінь, навичок та професійно важливих характеристик особистості успішного фітнес-тренера.

Для цього зусиллями кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання та спорту України було організовано та проведено «Форум роботодавців у сфері фітнес-індустрії», на якому було зібрано масив пропозицій від її учасників та проведено експертне опитування 12 експертів – менеджерів великих фітнес-клубів. Усім фахівцям було запропоновано оцінити за п'ятибальною шкалою за ступенем важливості 15 позицій, які є найбільш значущими для професійної діяльності фітнес-тренера. Для визначення узгодженості

думок групи експертів використовувався коефіцієнт конкордації W. Значення розрахованого коефіцієнта конкордації дорівнювало 0,82, а значення $\chi^2 = 36,44$. Оскільки значення $\chi^2 > \chi^2_{0,01}$ ($\chi^2_{0,01}(14) = 29,14$), відповідно можна вважати, що коефіцієнт є значущим і узгодженість думок експертів є задовільною.

Отже, за результатами експертного опитування, було отримано такі характеристики успішного фітнес-тренера.

1. Універсальність технічних, методичних та організаційних навичок.
2. Уміння програмувати заняття для осіб з факторами ризику захворювань.
3. Бажання та уміння вчитися.
4. Уміння спілкуватись іноземною мовою.
5. Уміння продавати фітнес-послуги.
6. Уміння управляти мотивацією споживача фітнес-послуг.
7. Уміння здійснювати контроль фізичного стану споживача фітнес-послуг.
8. Педагогічна майстерність.
9. Харизма та приємна зовнішність.
10. Артистизм.
11. Креативність.
12. Уміння безконфліктно спілкуватися.
13. Комунікативність.
14. Упевненість у собі.
15. Уміння надавати консультації з раціонального харчування та ведення здорового способу життя.

На наше переконання, визначені характеристики успішного фітнес-тренера мають бути орієнтиром для обґрунтування складових професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера та розробки моделі професійної підготовки таких фахівців у закладах вищої освіти.

Таким чином, результати опитування роботодавців свідчать про необхідність подальшого вдосконалення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в закладах вищої освіти та пошук шляхів органічного поєднання традиційно консервативного змісту вищої фізкультурної освіти та прогресивних тенденцій, які формуються в динамічній сфері фітнес-послуг.

Висновки до другого розділу

Теоретичний аналіз закордонного досвіду професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти свідчить про активну трансформацію систем вищої освіти в розвинутих країнах. При цьому спостерігаються різнопланові тенденції: такі, що є характерними для більшості країн, і специфічні, що формуються залежно від соціокультурної та політичної ситуації в державі.

До загальноосвітніх тенденцій можна віднести такі: за прогнозами, потреба у фітнес-тренерах до 2020 року збільшиться на 24% порівняно з іншими професіями; освіта майбутніх фітнес-тренерів має гнучкий та багатоступеневий характер; значну частину в системі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів, на жаль, має неакадемічний сектор; на ринку освітніх послуг у закладах вищої освіти з'являються фахові бакалаврські та магістерські навчальні програми підготовки майбутніх фітнес-тренерів; провідну роль у розробці таких програм належить акредитованим організаціям, які проводять сертифікацію фахівців та відслідковують тенденції розвитку сфери фітнесу; категорії фітнес-тренерів у світі представлено понад 20 профілями; спрямовуються зусилля на узгодження національних реєстрів кваліфікацій освіти фітнес-тренерів різних країн з метою стандартизації освітніх програм, вимог роботодавців до персоналу та вдосконалення системи навчання протягом життя; спостерігається перехід від вузькоспеціалізованих програм до особисто орієнтованих програм із можливістю вибору елективних курсів; у процесі навчання активно застосовуються різноманітні форми роботи студентів: дистанційні, стаціонарні, заочні та комбіновані.

Незважаючи на світовий процес уніфікації вимог до професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів, у зарубіжних країнах зберігаються національні та специфічні риси функціонування освітніх систем.

У США фітнес-тренер – це персональний тренер, який здійснює індивідуальний підхід для оцінювання, мотивації, навчання та тренування клієнтів з урахуванням стану їх здоров'я або фізичної підготовленості. Переважна більшість установ, які здійснюють підготовку майбутніх фахівців для сфери фітнесу, є недержавними комерційними та некомерційними організаціями, що забезпечують освіту на рівні молодшого спеціаліста (в США цей рівень вважається ланкою вищої

освіти). В останні роки на ринку освітніх послуг у таких закладах вищої освіти, як: Університет Фіндлі (The University of Findlay), Університет Техасу м. Остін (The University of Texas Austin), Університет Аляски в Анкоріджі (The University of Alaska Anchorage), Університет Мічігану (The University of Michigan) з'являються фахові бакалаврські та магістерські програми за спеціалізаціями «Інструктор оздоровчого фітнесу» («Health Fitness Instructor»), «Здоров'я та лідерство в фітнесі» (Fitness Leadership), «Здоров'я та фітнес» (The Health and Fitness). Подібні спеціалізації пропонуються в межах підготовки бакалаврів за спеціальностями здоров'я та благополуччя, кінезіології, фізичного виховання, силового та кондиційного тренування, атлетичного тренінгу та ін. При цьому, у США відсутні єдині стандарти щодо переліку професійних компетенцій фітнес-тренера; працювати як персональний фітнес-тренер (personal training) може особа, яка пройшла відповідну сертифікацію компетентності.

У Канаді всі заклади вищої освіти дотримуються державного стандарту та об'єднані в Асоціацію університетів і коледжів Канади (Association of Universities and Colleges of Canada). Проте, навчання майбутніх фітнес-тренерів не здійснюється в академічних навчальних закладах, які готують бакалаврів і магістрів за спеціальностями «Кінезіологія», «Рекреація», «Спорт» та «Туризм». Подібно до американської моделі, у Канаді існує розгалужена система підготовки фітнес-тренерів на рівні молодшого спеціаліста, яка впроваджена в діяльність приватних навчальних закладів, зокрема Національного інституту персонального тренінгу (National Personal Training Institute) [653].

У Великій Британії професію «фітнес-тренер» можна отримати на різних рівнях освіти: від другого до п'ятого. Четвертий рівень – це рівень дипломованого спеціаліста, який завершується отриманням диплома спеціаліста або Національного сертифіката вищої освіти (Higher National Certificate). Такий сертифікат вміщує 240 кредитів за системою Великої Британії або 120 кредитів за європейською системою оцінювання результатів освіти. Отримання такого документа еквівалентно одному року університетської освіти та кваліфікується вище рівня диплома спеціаліста, але нижче рівня Національного диплома вищої освіти (Higher National Diploma).

Університет Центрального Ланкаширу в Престоні (The University of Central Lancashire) є єдиним закладом вищої освіти, який здійснює підготовку майбутніх фітнес-тренерів на п'ятому рівні та дозволяє отримати ступінь бакалавра за спеціальністю «Науки про харчування та фізичні вправи» (Nutrition and Exercise Sciences) та спеціалізацією «Персональний фітнес-тренінг» (Personal Fitness Training).

За останні 15 років європейський спортивний сектор економіки, зокрема фітнес-індустрія, стабільно розвивається. Створюються громадські та приватні організації, вводяться нові назви професій та нові напрями підготовки фахівців.

У Європейському реєстрі професіоналів з тренування (The European Register of Exercise Professionals), який є загальноєвропейським проектом обліку відповідних фахівців і роботодавців, розрізняють такі спеціалізації: «Інструктор з аква-фітнесу»; «Інструктор з фітнесу»; «Інструктор з групових занять фітнесом»; «Персональний тренер»; «Тренер з пілатесу» та «Тренер з йоги».

З метою уніфікації та стандартизації професійних компетенцій фітнес-тренерів Європи та інших країн існує практика створення міжнародних освітніх програм як за дистанційною, так і стаціонарною формами навчання. Програми спрямовані на підготовку фахівців 3, 4 та 5 рівнів згідно з Європейською рамкою кваліфікацій (Europäisches Qualifizierungssystem-EQSF). Незважаючи на загальноєвропейські тенденції в системі освіти майбутніх фітнес-тренерів, існують і відмінності в кожній країні.

У Федеративній Республіці Німеччині фітнес є найбільш динамічною зі сфер економіки. За прогнозами фахівців, майже кожен десятий житель країни (9,3 %), відвідує фітнес-клуб. Відповідно до законодавства, у країні впроваджено розподіл кваліфікацій тренерів за ступенями Європейської системи кваліфікації: від II до V та категоріями «С», «В» та «А». Підготовка фітнес-тренерів у Федеративній Республіці Німеччині широко розповсюджена в системі професійної освіти (не вищої академічної). На академічному рівні підготовку фітнес-тренерів забезпечують переважно приватні організації. Так, відомо, що в IST-інституті (IST-Studieninstitut) здійснюється підготовка бакалаврів з управління в сфері фітнесу та здоров'я (Bachelor of Arts in der Fachrichtung Fitness and Health Management). У державних закладах вищої освіти країни

система підготовки фітнес-тренерів, на жаль, не здійснюється. Але, наприклад, у Вищій школі фізичної культури і спорту у Кельні (Deutsche Sporthochschule) запропоновано систему підвищення кваліфікації за спеціалізацією «Персональний тренер» (Zertifikate DSHS Personal Trainer).

Особливістю професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в Австрійській Республіці є те, що спеціальність «Здоров'я та фітнес» окремо представлена на рівні магістратури (Master of Science Health and Fitness). Таку підготовку здійснює Зальцбурзький університет (Universität Salzburg).

Країни Балтії також мають певні особливості в системі підготовки фахівців для сфери фітнесу.

Згідно з законодавством Латвійської Республіки, фахівці фітнес-центрів поділяються на категорії – «А», «В», «С» і «Д». До провідних закладів вищої освіти, які мають ліцензію Міністерства освіти Латвійської Республіки та здійснюють підготовку тренерів на рівні вищої освіти (категорії «А» та «В»), можна віднести Ризький університет імені Страдіня (Rīgas Stradiņa universitāte), у якому можна отримати ступінь бакалавра зі здоров'я та спорту (спеціалізація «Оздоровчий фітнес») та Латвійську академію спортивної педагогіки (Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmija).

В Естонській республіці вимоги до встановлення кваліфікації тренера відповідають Європейському кваліфікаційному стандарту. Єдиним органом, який призначає відповідні кваліфікації є Естонський олімпійський комітет (Eesti Olümpiakomitee). Аналіз системи вищої фізкультурної освіти країни свідчить про незначну кількість закладів, які здійснюють підготовку майбутніх фітнес-тренерів. Так, у Тартуському університеті в межах підготовки бакалаврів з фізичного виховання та спорту (Kehaline kasvatus ja sport) пропонується курс навчання за модулем «Активний відпочинок та персональний тренінг» (moodul «Liikumisharrastus ja personaaltreening»).

За законодавством Литовської Республіки заклади вищої освіти не тільки пропонують освітні послуги, але й надають відповідні кваліфікації. У Литовській академії фізичної культури здійснюється підготовка бакалаврів з фізичної активності та здоров'я суспільства (Fizinis aktyvumas ir sveika gyvensena). Програма підготовки була розроблена за участі Європейської мережі спортивної науки, освіти та зайнятості

(European Network of Sport Science, Education and Employment) в рамках міжнародного проекту «Європейський бакалавр з фітнесу та бакалавр-консультант здорового способу життя» («European Bachelor in Physical Activity and Lifestyle Counselling»). Подібні програми з 2013 року задіяні в Ганзейському університеті прикладних наук Гронінгена в Голландії (The Hanze University of Applied Sciences, Groningen), Університеті Південної Данії (The University of Southern Denmark), Римському університеті «Foro Italico» (Università degli Studi di Roma «Foro Italico»), Університеті Мадейри (The University of Madeira).

У Республіці Польща академічна підготовка майбутніх фітнес-тренерів здійснюється в шести закладах вищої освіти, зокрема в Академії фізичної культури та спорту в Гданську протягом трьох років здійснюється підготовка бакалаврів з фізичного виховання за спеціалізацією «Інструктор персонального тренінгу» («Instruktor treningu personalnego») та дворічна програма підготовки магістрів за спеціальністю «Тренер персонального тренінгу». В Академії фізичної культури у Вроцлаві за спеціальністю «Фізичне виховання» для магістрів пропонується спеціалізація «Фітнес». У Державній вищій професійній школі імені Станіслава Пігона в Кросно здійснюється підготовка фахівців за спеціалізацією «Персональний тренер» («Trener osobisty»).

У Чеській республіці професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів запроваджена лише в Університеті Масарікова (Masarykova Univerzita) та в Коледжі фізичної культури та спорту Палестри (Vysoká škola tělesné výchovy a sportu PALESTRA), у якому здійснюється трирічна підготовка бакалаврів за спеціальністю «Спеціаліст в галузі спорту та фітнесу» (Sportovní a kondiční specialista).

Отже, у Європі спостерігається чітка тенденція до становлення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Вивчення австралійського досвіду підготовки фітнес-тренерів показало, що система професійного навчання має спільні риси з освітньою системою Великої Британії, але наявні й відмінності. Відповідно до положень Австралійської кваліфікаційної системи (Australian Qualifications Framework), після закінчення початкового рівня професійно-технічної кваліфікації слухачі отримують сертифікати (Certificates), які поділяються на 4 рівня (I – найнижчий, IV – найвищий). Одержати

сертифікат за професійним спрямуванням «Фітнес» можна, закінчивши навчання в закладах державної системи професійної освіти, у приватних навчальних закладах, коледжах та університетах. Терміни навчання складають від 6 місяців до 1,5 років. Єдиним навчальним закладом Австралії, який здійснює професійну підготовку бакалаврів наук у галузі здоров'я та фітнес-тренінгу (Bachelor Health Science & Fitness Training) є Австралійський коледж фізичного виховання (The Australian College of Physical Education). Варто зауважити, що в Австралії система професійної підготовки фітнес-тренера є досить демократичною. Працювати фітнес-тренером може особа, яка має базову середню освіту або спеціальну професійну освіту; профільну або суміжну вищу академічну освіту. За вимогами Національної асоціації професійних коледжів Австралії (The National Association of Career Colleges), особа, яка має непрофільну академічну вищу освіту та бажає працювати фітнес-тренером, повинна пройти курс спеціалізації у фітнесі та в подальшому підтримувати своє членство шляхом регулярної сертифікації.

Аналіз сучасної практики професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України, здійснений на основі опитування 690 студентів, 311 науково-педагогічних працівників та 39 роботодавців, свідчить про те, що проблема освіти фітнес-тренерів є неоднозначною, надзвичайно актуальною та вимагає детального вивчення та вирішення.

Аналізуючи відповіді студентів щодо того, чи планують вони працювати у сфері фітнесу після закінчення університету, можна стверджувати, що досить значна кількість студентів планує працювати у сфері фітнесу (50,29%), 20% – не планує, а 29,71% опитуваних студентів не змогли дати відповідь. Разом з тим лише 10,43% респондентів часто відвідує фітнес-конвенції та майстер-класи, які проводять провідні фахівці з фітнесу; інколи відвідує – 15,08% опитаних студентів; не відвідує заходи більшість опитаних студентів (74,49%). Викликає занепокоєння той факт, що значний відсоток опитуваних студентів володіє знаннями з таких дисциплін, як «Загальна теорія здоров'я» (43,19%), «Перша допомога при невідкладних станах» (69,28%), «Теорія і технології оздоровчо-рекреативної рухової активності» (43,77%), але не може застосовувати їх на практиці. Результати опитування щодо здатності студентів продемонструвати техніку виконання фізичних вправ за видами фітнесу та фізичної рекреації

свідчать, що 91,89% опитаних студентів вважають себе не здатними продемонструвати такі навички зі СПА-технологій, 38,26% – з аквааеробіки; 34,93% – з аеробіки; 55,07% – з ментального фітнесу. Дещо краща ситуація спостерігається зі здатністю студентів демонструвати техніку виконання фізичних вправ із оздоровчого туризму (35,94% – можуть це робити в повному обсязі та 42,03% можуть демонструвати техніку виконання фізичних вправ частково), з рекреаційних ігор (45,94% можуть демонструвати техніку виконання фізичних вправ у повному обсязі та 51,01% можуть демонструвати частково), з силового фітнесу (30% можуть демонструвати у повному обсязі та 50,87% частково). Крім того, спостерігається незначний відсоток опитаних студентів здатних у повному обсязі розробляти програми з аквааеробіки (20,58%), з ментального фітнесу (6,52%), з аеробіки (25,80%), з силового фітнесу (30,87%) та зі СПА-технологій (3,48%). Аналіз відповідей щодо здатності студентів застосовувати знання та навички з «продажу» фітнес-послуги та сервісного обслуговування клієнта фітнес-клубу показав, що можуть це робити в повному обсязі тільки 34,93% респондентів; здатні, але не в повному обсязі – 44,93%; не здатні – 14,05%; не змогли відповісти 6,09% респондентів.

Аналіз відповідей опитаних науково-педагогічних працівників свідчить про те, що більшість фахівців (53,05%) вважають, що система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладі вищої освіти повинна відрізнитись від професійної підготовки майбутніх тренерів із видів спорту. Було встановлено, що в закладах вищої освіти викладаються такі дисципліни, як: «Теоретичні основи фізичної рекреації» (68,17%), «Оздоровчий туризм та орієнтування» (88,42%), «Види аеробіки» (86,82%), «Рекреаційні ігри» (100%). Разом з тим, на жаль, значна кількість викладачів зазначила, що в їх закладах вищої освіти не викладаються такі дисципліни, як: «Ментальний фітнес» (70 %), «СПА-технології» (52,41%), «Менеджмент і маркетинг в сфері фітнесу та рекреації» (41,48%), «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» (39,22%), «Персональний тренінг» (40,51%). За результатами анкетування, більшість викладачів не проводить тренінги на теми «Презентація фітнес-послуги» (40,19%), «Конфлікт з клієнтом та шляхи його вирішення» (41,16%), «Типологія клієнта та тренера» (70,10%), «Мотивація клієнта» (67,52%), «Мої акторські здібності» (80,39%). Опитування свідчить, що

складання зі студентами портфоліо практикують лише 29,26% опитаних викладачів, 70,74% не практикують такої форми навчальної роботи.

Дослідження думки роботодавців щодо сучасного стану підготовленості майбутніх фітнес-тренерів – випускників закладів вищої освіти – показало, що однією з проблем підготовки кадрів для сфери фітнесу є відсутність стандартних вимог до рівня їх компетентності (92,11%), частково з цим згодні 7,89% респондентів. Позитивним є те, що більшість респондентів (57,89%) відмітили рівень теоретичної підготовленості студентів як такий, що відповідає їх вимогам; для 28,95% опитаних роботодавців рівень теоретичних знань студентів частково відповідає їх вимогам; 13,16% респондентів вважають, що рівень теоретичних знань студентів не відповідає їх вимогам. Разом з тим, зафіксована думка 71,06% опитаних роботодавців про те, що рівень технічної підготовленості з напрямів фітнесу, яким володіють майбутні фітнес-тренери, не відповідає їх вимогам; лише 7,89% опитаних роботодавців відмітили відповідність такої підготовленості вимогам, а 15,79% відмітили часткову відповідність. Дещо краще оцінили роботодавці рівень практичних навичок майбутніх фітнес-тренерів з розробки фітнес-програм. Так, 34,21% опитаних відзначили відповідність таких навичок власним вимогам, 39,47% – часткову відповідність, 23,68% опитаних роботодавців відмітили не відповідність рівня навичок студентів з розробки фітнес-програм вимогам.

За допомогою методу експертних оцінок було з'ясовано такі характеристики успішного фітнес-тренера: універсальність технічних, методичних та організаційних навичок; уміння програмувати заняття для осіб з факторами ризику захворювань; бажання та уміння вчитися; уміння спілкуватись іноземною мовою; уміння продавати фітнес-послуги, уміння управляти мотивацією споживача фітнес-послуг; уміння здійснювати контроль фізичного стану споживача фітнес-послуг; педагогічна майстерність; харизма та приємна зовнішність; артистизм; креативність; вміння безконфліктного спілкування; комунікативність; упевненість у собі; вміння надавати консультації з раціонального харчування та ведення здорового способу життя.

Компаративний аналіз закордонного досвіду професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, аналіз сучасної практики такої підготовки в Україні дозволив спрямувати свої зусилля на обґрунтування структури професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти.

РОЗДІЛ 3

СТРУКТУРА ТА ОЦІНЮВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ, ЯКА ФОРМУЄТЬСЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

3.1. Обґрунтування структурних компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти

Дефінітивний аналіз поняття «професійна компетентність», проведений нами раніше, показав, що ключовою характеристикою цього поняття є інтегративна якість особистості майбутнього фахівця, яка потенційно забезпечує виконання його професійних обов'язків та є результатом фахової підготовки. Зрозуміло, що професійна компетентність, як особистісний феномен, має певну структуру.

Аналіз наукової літератури свідчить про наявність різних підходів до класифікації видів і складових професійної компетентності. Дослідники виокремлюють різну кількість компонентів, які відрізняються як за назвою, так і за змістом. Так, А. К. Маркова виділяє чотири види професійної компетентності фахівців: спеціальну, соціальну, особистісну та індивідуальну: 1) спеціальна, або діяльнісна, професійна компетентність характеризує володіння діяльністю на високому професійному рівні та включає не тільки спеціальні знання, але й вміння застосувати їх на практиці; 2) соціальна професійна компетентність характеризує володіння засобами спільної професійної діяльності й співробітництва та прийомами професійного спілкування, прийнятими в професійному співтоваристві; 3) особистісна професійна компетентність характеризує рівень володіння засобами самовираження й саморозвитку та засобами протистояння професійній деформації;

4) індивідуальна професійна компетентність характеризує володіння прийомами саморегуляції, готовність до професійного зростання, стійкість до професійного вигорання та наявність стійкої професійної мотивації [324, с. 213].

У якості однієї з найважливіших складових професійної компетентності, А. К. Маркова називає здатність самостійно оволодівати

новими знаннями й вміннями, а також використовувати їх у практичній діяльності [324, с. 213].

Х. Бауман, представник Міністерства освіти Естонії, виокремлює три складові компетентності: загальну, компетентність стосовно галузі знань та компетентність щодо власної спеціальності [45, с. 35].

За висновками І. Ю. Карпюка, у професійній компетентності виокремлюють ключову, базову та спеціальну компетентності [239, с. 175]. На думку вченого, «ключова компетентність потрібна для будь-якої професійної діяльності та пов'язана з успіхом особистості в швидкоплинному світі». Базова компетентність відображає специфіку певної професійної діяльності (педагогічної, інженерної, медичної тощо). Спеціальна – специфіку конкретної предметної або надпредметної сфери професійної діяльності [239, с. 175].

Серед компонентів професійної компетентності Н. Б. Іванцова виділяє такі: здатність до постійного професійного зростання та підвищення кваліфікації, а також реалізації себе в професійній праці; спеціальну компетентність – підготовленість до самостійного виконання конкретних видів діяльності, уміння вирішувати типові професійні задачі та оцінювати результати своєї праці, здатність самостійно оволодівати новими знаннями та вміннями за фахом; соціально-правову компетентність – знання й уміння в галузі взаємодії з суспільними інститутами й людьми, а також володіння прийомами професійного спілкування та поведінки; аутокомпетентність – адекватне уявлення про свої соціально-професійні характеристики й володіння технологіями подолання професійних деструкцій; екстремальну професійну компетентність – здатність діяти в умовах, що раптово ускладнилися, під час аварій та порушень технологічних процесів [226, с. 24].

Іншу думку на структуру професійної компетентності має В. Ю. Кричевський, який виділяє такі види професійної компетентності, як: функціональний, що характеризується професійними знаннями та вмінням їх реалізувати; інтелектуальний, що виражається в здатності аналітично мислити й здійснювати комплексний підхід до виконання своїх обов'язків; ситуативний, що дозволяє діяти залежно від ситуації; соціальний, що передбачає наявність комунікативних та інтегративних здібностей [273, с. 67].

Автори проекту «Налаштування освітянських структур в Європі» (Tuning Educational Structures in Europe 2012 – TUNING) виокремлюють ключові загальні та ключові предметно-спеціальні компетентності. До спеціальних (subject related) відносять ті, які є специфічними для даної предметної галузі (напряму/дисципліни); безпосередньо пов'язані із спеціальними знаннями в предметній галузі; визначають профіль програми, тобто роблять її індивідуальною та істотно відмінною від інших програм [655]. У цьому документі під загальними (generic) компетентностями розуміють знання, навички та здатності, якими студент оволодіває в процесі виконання певної програми навчання та які мають універсальний характер [655].

G. Cheetham and G. Chivers розробили цілісну модель професійної компетентності, яка включає певний перелік компетенцій. Ученими передбачено наявність п'яти компонентів: когнітивні компетенції (знання, розуміння та досвід), функціональні (навички), особистісні (знає, як себе поводити), етичні (особистісні та професійні цінності), мета-компетенції (здатність опановувати невпевненість та адекватно реагувати на критику) [569, р. 23]. Найбільш вдалим, на думку О. В. Потаніної, є варіант багатовимірної моделі Francoise Delamare Le Deist і Jonathan Winterton, у якій необхідні компетенції відображаються в чотирьох вимірах: когнітивному, функціональному, соціальному та мета-вимірі. Мета-компетенції є базовими, що дозволяє опанувати компетенції [382, с. 299].

Узагальнюючи дослідження різних учених, які описують склад компетенцій, М. Б. Шашкіна та Е. А. Сьоміна виділяють в структурі будь-якої компетенції бакалавра три структурні компоненти: когнітивний (знання у сфері реальних об'єктів і методів у сфері даної компетенції), праксеологічний (уміння, навички та методи діяльності в сфері компетенції) та аксіологічний (ставлення до діяльності та її результатів) [527].

Отже, нами розглянуто загальнотеоретичні уявлення щодо структури професійної компетентності фахівця. Вважаємо, що для нашого дослідження важливим є аналіз розробок науковців у галузі педагогіки, фізичної культури та спорту.

У Наказі № 665 від 01.06.13 року «Про затвердження кваліфікаційних характеристик професій (посад) педагогічних і науково-педагогічних працівників навчальних закладів» зазначено, що головними

складовими компетентностями педагогічних працівників є професійна, комунікативна, інноваційна та правова [343].

Н. В. Кузьміна виділяє в структурі педагогічної компетентності соціальну, психолого-педагогічну, диференційно-психологічну та методичну групи та рефлексію педагогічної діяльності [288, с. 36].

В. І. Журавльов запропонував три групи стандартів професійної компетентності педагога: 1) професійно-діяльнісна (ступінь оволодіння професійними знаннями); 2) рефлексивна (самооцінні та зовнішньооцінні, зокрема володіння технікою інтроспекції); 3) володіння знаннями про здоровий спосіб життя, засобами соціального та психологічного захисту від впливу несприятливих факторів професії [185, с. 36].

С. С. Занюк вказує, що професійна компетентність є інтеграцією трьох структурних компонентів. Перший компонент – «Я-концепція», що виражається в певній професійній позиції. Другим компонентом С. С. Занюк називає здатність до рефлексії власних дій, що забезпечує динаміку розвитку компетентності. Третій – інформаційно-інструментальна готовність, яка включає уявлення про зміст, структуру професійної діяльності, сформованість умінь та навичок [195, с. 81].

Н. В. Матяш у змісті професійної компетентності педагога виокремлює перцептивні вміння (здатність до адекватного сприйняття й розуміння психіки дітей), конструктивні вміння (здатність до проектування навчального процесу), експресивні вміння (здатність до самоуправління), академічні вміння (здатність до організації пізнавальної діяльності), дидактичні вміння (здатність до передавання знань та вмінь), комунікативні вміння (здатність до спілкування та впливу на людей), організаторські вміння, дослідницькі вміння та спеціальні вміння (за характером спеціальності) [326, с. 12].

Іншу думку щодо структури професійної компетентності має Н. В. Теличко. Дослідник виокремлює такі складові цього феномену: концептуальну (володіння теоретичними основами професії); інструментальну (володіння базовими фаховими навичками); інтегративну (спроможність поєднувати теорію і практику); контекстуальну (розуміння соціального, культурного й економічного середовища, у якому здійснюється фахова діяльність); адаптивну (передбачення змін, важливих для професії, готовність до них); міжособистісну (ефективне фахове спілкування) [484, с. 379].

Вітчизняний учений В. Г. Чорнобай вказує, що в структурі професійної компетентності є три загальні компоненти: зміст, мотивація та виконання [523, с. 412].

Оригінальний підхід до класифікації професійної компетентності фахівця з фізичної культури і спорту, на нашу думку, представлений в монографії С. А. Хазової, у якій визначено три групи компетентностей (загальнопрофесійну, загальногалузеву та спеціальну) [511, с. 55]. Так, за С. А. Хазовою, загальнопрофесійна компетентність включає загальнонаукові й дослідницькі компетенції, що відповідає рівню фахівця з університетською освітою; зорієнтована на всі основні групи напрямів підготовки та пов'язана з вирішенням пізнавальних завдань і пошуком нестандартних рішень; визначає фундаментальність освіти [511, с. 56]. Загальногалузева компетентність, на думку С. А. Хазової, включає освітні та фізкультурно-спортивні компетенції, що інтегрує освітню (психолого-педагогічну) і фізкультурно-спортивну науково-практичні сфери; відноситься до орієнтації в загальних теоретичних, соціально-економічних й організаційно-управлінських питаннях сфери фізичної культури і спорту і створює базу для спеціалізації. Спеціальна компетентність, на думку С. А. Хазової, складається із педагогічних, науково-педагогічних, управлінських й рекреаційних компетенцій та належить до професійних функцій за окремими спеціальностями [511, с. 56].

А. В. Сват'єв у складі професійної компетентності майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту виокремлює соціальний, особистісний та індивідуальний компоненти, а також володіння соціально-особистісними й загальнонауковими знаннями. На його думку, професійна компетентність фахівців фізичного виховання та спорту в майбутній професійній діяльності визначається здатністю «планувати й здійснювати колективну педагогічну та управлінську фізкультурно-спортивну діяльність; реалізовувати в процесі майбутньої діяльності конструктивне професійне спілкування; творчо й самостійно вирішувати педагогічні й управлінські завдання та проблеми, відповідати за результати своєї діяльності; вирішувати питання соціально-економічного розвитку галузі фізичного виховання та спорту; творчо збагачувати власні професійні знання, уміння й навички; адекватно оцінювати рівень власної компетентності; здійснювати науково-пізнавальну та іншу творчу професійну діяльність; прагнути до постійного професійного розвитку»

[419, с. 112]. Для нашого дослідження ці думки вченого є дуже важливими.

Ж. В. Гращенко в структурі професійної компетентності майбутнього тренера з плавання називає такі компоненти, як: когнітивний (загальнопрофесійні, загальнопедагогічні та загальнопсихологічні компетенції); професійно-діяльнісний (фізкультурно-спортивні та спеціальні компетенції); професійно-особистісний (особистісна (загальні та спеціальні здібності, професійно важливі якості), мотиваційна та комунікативна компетенції) [144, с. 6].

В. О. Пономарьов вважає, що компетентності майбутнього тренера з атлетичної гімнастики повинні бути сформовані в мотиваційній, когнітивній, поведінковій, ціннісно-змістовій та емоційно-вольовій сферах особистості [379, с. 18].

Досліджуючи структуру професійної компетентності майбутнього тренера зі спортивних танців, В. І. Тарасенко виділяє такі компоненти, як: когнітивний, мотиваційно-діяльнісний і творчий [478, с. 82].

Деякі вчені, що досліджували проблеми професійної підготовки фахівців з оздоровчого фітнесу, виокремлюють різні за змістом компоненти професійної компетентності майбутніх фахівців, яка формувалася в закладах вищої освіти. Так, за А. О. Атамась, це мотиваційно-ціннісний, когнітивний, діяльнісний та особистісний компоненти готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу [29, с. 14], за М. Р. Батіщевою, це мотиваційний, когнітивний та операційно-діяльнісний компоненти готовності майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями [44, с. 18].

Нам імпонує думка Н. В. Гуциної, яка в змісті професійної компетентності тренера зі спортивної аеробіки вбачає наступні компоненти: мотиваційний (інтерес до спортивної аеробіки та інтерес до діяльності тренера), особистісний (професійно значущі якості), інформаційний (теоретичні, методичні та практичні знання в галузі спортивної аеробіки), операційний (професійно значущі гностичні, організаційні, дидактичні, комунікативні вміння) і руховий (фізична й технічна підготовленість) [149, с. 13].

П. А. Слобожаніновим визначено структурні компоненти професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації, яка формується із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій. Такими компонентами є: «мотиваційно-ціннісний (сукупність ціннісних орієнтацій, мотивів, адекватних цілям і завданням рекреаційно-оздоровчої діяльності, світоглядна позиція); змістовий (сукупність знань предметної сфери, на основі яких формується професійна компетентність); діяльнісний (практичний досвід); креативний (сукупність важливих для рекреаційно-оздоровчої діяльності індивідуально-психологічних якостей і здібностей та спрямованість особистості)» [452, с. 81].

Аналіз масиву педагогічних знань показав відсутність єдиної думки серед науковців щодо підходів до структуризації професійної компетентності. Так, учені класифікують компетентність з урахуванням функціональних компонентів діяльності; функцій управління (вміння планування, організації, регулювання й контролю); функцій психіки (пізнавальні та регулятивні); психологічного змісту діяльності (вміння, які стосуються його орієнтовної, виконавчої та контрольно-коректувальної частин).

Враховуючи теоретичні розробки вчених і власний досвід викладацької діяльності, нами розроблено структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти та включає мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, праксеологічний та особистісний компоненти (рис. 3.1).



Рис. 3.1. Структура професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти

Вихідними позиціями при структуруванні професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, було те, що кожний компонент у сукупності характеризує певну властивість, здатність або здібність особистості, що опосередковано чи безпосередньо є фундаментом для успішної реалізації професійних функцій фітнес-тренерів.

Розглянемо сутність мотиваційного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти.

На думку Т. Д. Дубовицької, ефективність професійної діяльності людини пов'язана з мотиваційними чинниками та сформованістю професійної спрямованості особистості [173, с. 82].

За Є. П. Ільїним, професійна спрямованість тлумачиться як сукупність мотиваційних утворень (інтересів, потреб, прагнень та ін.), що характеризуються предметом професійної спрямованості, яким є професія (вид діяльності), видами мотивів професійної діяльності та силою (рівнем) спрямованості [215, с. 270].

Дослідники психології професіоналізму І. О. Зимня [202, с. 326] та А. К. Маркова [324, с. 124] виділяють різні мотиви. Наприклад, залежно від характеру участі в діяльності (мотиви, що піддаються розумінню, знанню та існують реально); від часу, що обумовлюють діяльність (віддалена – коротка мотивація); від соціальної значущості (соціальні – вузькоособисті); від фактичної участі до самої діяльності або перебуванням поза нею (широкі соціальні та вузькоособисті мотиви); від джерела мотивації (внутрішні – процесуальні, результативні, спрямовані на саморозвиток або зовнішні – матеріальні, альтруїстичні, престижності, професійного спілкування, самоствердження тощо).

Розглядаючи мотиваційний аспект як основу для детермінації професійної поведінки, на нашу думку, важливо враховувати й вольовий аспект. Як зауважує Є. П. Ільїн, вольові якості – це особливості вольової регуляції, які виявляються в конкретних специфічних умовах, обумовлених характером подоланих труднощів [216, с. 12]. Ми згодні з думкою Є. П. Ільїна про те, що «воля», як категорія, визначає здатність особи організувати свою поведінку відповідно до заданої мети. На сьогодні, на жаль, не існує єдиної теорії щодо психологічних механізмів

прояву вольових якостей, а наявні підходи до їх класифікації мають неоднозначний характер. Нам імпонує теорія В. К. Каліна, який поділяє вольові якості на базальні та системні (вторинні). До базальних він відносить енергійність, терплячість, витримку та сміливість. Прикладом системної вольової якості може слугувати хоробрість, наполегливість, дисциплінованість, самостійність, цілеспрямованість, ініціативність та організованість. Як зазначає В. К. Калін, системні якості виражають функціональні прояви не тільки вольової сфери, але й інших сторін психіки, у тому числі особистісної саморегуляції діяльності [234, с. 52].

Визначальну роль вольовій сфері відводиться в спортивній діяльності. Саме в спорті яскраво виявляється етап реалізації поставлених цілей. Серед спортивних психологів прийнято поділяти вольові якості за ступенем їх значущості для того чи іншого виду спорту. Найчастіше їх поділяють на загальні та основні. Перші мають відношення до всіх видів спортивної діяльності, інші визначають результативність у конкретному виді спорту. До загальних вольових якостей П. А. Рудик відносить цілеспрямованість, дисциплінованість і впевненість. До основних вольових якостей П. А. Рудик відносить наполегливість, завзятість, витримку й самовладання, сміливість і рішучість, ініціативність і самостійність [404, с. 25]. За даними Н. Височиної [126, с. 68], С. Е. Шутової [532, с. 374], А. Маснара [621, с. 39] мотиваційно-вольові якості спортсмена лежать в основі всіх вольових процесів, визначають ступінь успішності спортсмена та можуть виконувати роль компенсаторів негативних емоційних станів.

Для уточнення провідних вольових якостей особистості спортсменів нами було систематизовано провідні вольові якості їх особистості. Проведені нами дослідження показали, що основними структурними компонентами, які об'єднують блоки вольових якостей спортсмена, є мотиваційні, емоційні, моральні та інтелектуальні якості. Серед універсальних вольових якостей, необхідних для успішної роботи у всіх видах спорту, можна виділити сміливість, наполегливість, віру в себе, цілеспрямованість, рішучість, відповідальність, дисциплінованість, терпіння, самовладання, саморегуляцію та ін.

Отже, ми вважаємо, що для практичної реалізації професійних мотивів та інтересів майбутніх фітнес-тренерів в умовах конкуренції та

значних психо-емоційних навантажень важливим є розвиток їх вольових якостей.

З огляду на вищевказане, мотиваційний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів характеризується наявністю професійної спрямованості особистості, яка впливає на вибір професії, професійне самовизначення та самоідентифікацію, стимулює пізнавальний інтерес студентів під час навчання, професійну активність після його закінчення та виявляється в інтеграції мотиваційних утворень та вольових якостей особистості фахівця.

Наступним компонентом, який відображає емоційно-ціннісний вектор розвитку особистості, є аксіологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти.

У словнику П. Е. Герчанівської «Культурологія: термінологічний словник» вказано, що поняття «аксіологічний» (від грец. *axia* – цінність і *logos* – знання) визначається як учення про цінності, їх походження, сутність, функції, типи, види та місце в реальному світі; розділ філософських знань, у якому досліджується природа цінностей як сенсоутворювальних основ людського буття, що завдають спрямованість та вмотивованість життєдіяльності людини [129, с. 18].

На думку Н. В. Бекузарової, ціннісні орієнтації є важливим компонентом структури особистості. Вони, з одного боку, виконують роль регулятора поведінки, визначаючи адекватні способи її реалізації, з іншого, виступають у якості внутрішнього джерела сенсу життя та особистісно-світоглядної позиції [48, с. 83].

Д. О. Леонтьєв назвав наступні основні групи цінностей, якими керується зріла, автентична особистість у своїй діяльності: цінності етичного порядку (чесність, порядність, доброта, непримиренність до недоліків); цінності міжособистісного спілкування (вихованість, життєрадісність, чуйність); цінності професійної самореалізації (ретельність, ефективність діяльності, тверда воля); індивідуальні цінності (незалежність, відповідальність, конформізм) [299, с. 15].

Одне з провідних місць у системі ціннісних орієнтацій особистості, на думку Ю. В. Рутини, займають цінності самоактуалізації. Дослідник наголошує, що людина почувається щасливою тоді, коли максимально реалізує свої здібності, тобто самоактуалізується [407, с. 66].

Як стверджує Н. В. Петренко, самоактуалізація – «це мотивація особистості на постійний пошук самої себе, це здатність, прагнення людини бути завжди на рівні тих завдань, які перед нею стоять, тобто забезпечувати ситуацію, коли психіка, багаж знань, моральні принципи тощо завжди відповідають нормам і вимогам життя у контексті власних картин світу та цінностей». Більше того, автор розглядає самоактуалізацію «як базисний процес саморозвитку особистості та інтегральну мету освітньої діяльності, що на нього орієнтується» [372, с. 55].

За аналізом Н. В. Старинської, у психології самоактуалізація розглядається як прагнення до досягнення й вдосконалення себе, втілення своїх можливостей, талантів і здібностей в особистісно та соціально прийнятних формах активності й діяльності [466, с. 8]. Самоактуалізація, як вважає дослідниця, забезпечує автентичність та цілісність особистості, як наслідок розкриття, усвідомлення та інтеграції різних сторін власної індивідуальності. Завдяки самоактуалізації людина досягає вершин життя, особистісної та професійної зрілості. Ми згодні з думкою Н. В. Старинської, що самоактуалізація – це внутрішня активність суб'єкта, метою якої – виявлення потенційних можливостей, цінностей і смислів. Результатом такої активності є досягнення власної унікальності, цінності та життєвого призначення, становлення людини як суб'єкта власної життєдіяльності [466, с. 8].

О. А. Столярчук вважає, що особливого значення самоактуалізація набуває саме в студентському віці, який є оптимальним часом для розкриття потенціальних можливостей, самопізнання здібностей, сформованості «образу Я», удосконалення інтелекту, набуття професії та здійснення студентами самостійного життєвого вибору, пов'язаного з визначенням шляхів професійного розвитку та прийняттям відповідальності за цей вибір [470, с. 130].

В. І. Маркелов зазначає, що для майбутніх фахівців, чия професійна діяльність пов'язана з наданням допомоги людям, значущості набувають такі характеристики, як здатність брати на себе відповідальність, креативність, рефлексивність, вміння працювати в колективі, готовність для подальшого саморозвитку й самовдосконалення. Ці якості найбільш повно виявляються в особистості, яка розкрила власний внутрішній потенціал, яка самоактуалізується [321, с. 6].

Безперечно, є слушною думка Е. В. Ільїної, що самоактуалізація як процес і як результат має певні характеристики. Будь-яке досягнення в процесі самоактуалізації не розглядається як фінальне та остаточне. Як критерії дослідниця виділяє такі основні риси особистості, яка самоактуалізується: адекватне сприйняття реальності; активна позиція стосовно дійсності; прийняття себе та інших такими, якими вони є; спонтанність проявів, простота й природність; ділова спрямованість, здатність людини керуватися поставленими завданнями; автономність і незалежність від оточення; безпосередність оцінок; відсутність проявів ворожості в міжособистісних стосунках; демократичність у спілкуванні з людьми; стійкі внутрішні моральні норми; креативність. Чим більший кількості критеріїв відповідає особистість, тим більше вона демонструє прагнення до самоактуалізації [219, с. 353].

Науковці Я. Гозман, В. Кроз і М. В. Латинська вказують на те, що «поняття самоактуалізації синтетичне. Воно включає в себе всебічний і неперервний розвиток творчого й духовного потенціалу людини, максимальну реалізацію всіх її можливостей, адекватне сприйняття навколишнього світу й свого місця в ньому, багатство емоційного й духовного життя, високий рівень здоров'я і моральності» [137, с. 3].

На думку Д. О. Леонтєва, який поділяє погляди А. Маслоу, поняття «самоактуалізації» – це конкретна теоретична трактовка розвитку і самореалізації особистості, яка склалася в гуманістичній психології, що передбачає наявність вродженого потенціалу специфічних людських властивостей і характеристик, які повинні за сприятливих умов розвитку розгорнутися, переходячи з потенційної в актуальну форму [300].

Підсумовуючи все викладене вище, підкреслимо, що аксіологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, основою якого є цінності самоактуалізації, передбачає наявність у студентів здатності до самовизначення, цілепокладання, досягнення професійного «акме» та актуалізації власних потенціалів як засобів реалізації сенсу життя.

У структурі професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, ми виокремлюємо також гносеологічний компонент, який, на нашу думку, є ядром усіх структурних компонентів.

У «Тлумачному словнику іноземних мов» за редакцією Л. П. Крисіна, поняття «гносеологія» пояснюється як «знання, наука, навчання» (від німецької «Gnoseologie» та грецької мов «Gnōsis» + «logos»); як розділ філософії, який вивчає джерела, форми та методи наукового пізнання, умови його істинності, здатності людини пізнавати дійсність; теорія пізнання [280, с. 125].

У сучасній науці процеси пізнання та методи розвитку пізнавальних здібностей досліджує когнітивна (від лат. *cognitio* – пізнання) психологія. Відомий дослідник когнітивних процесів В. М. Дружинін розглядає людину як істоту, здатну до пізнання навколишнього світу і самої себе, до самостійного вирішення будь-яких проблем, пошуку та виправлення своїх помилок, до самонавчання і самовдосконалення [170, с. 5].

Як слушно зауважує І. І. Станкін, пізнавальні (гностичні) здібності залежать від рівня розвитку мислення (здатності набувати, переробляти, використовувати інформацію та знання, вміння аналізувати власну поведінку й навчально-виховний процес в цілому) [465, с. 67].

При цьому, дослідники розглядають когнітивні здібності в системі академічних здібностей людини. Так, за В. П. Озеровим, академічні здібності – це система індивідуально-психологічних властивостей, що включають ті компоненти когнітивних, комунікативних, організаторських, управлінських, морально-вольових здібностей, які дозволяють ефективно реалізовувати діяльність щодо засвоєння відповідних знань, вмінь, навичок і компетенцій для придбання певної професійної спеціальності. При цьому, когнітивні компоненти академічних здібностей представлені когнітивно-інтелектуальними (пізнавальними) і когнітивно-моторними (психомоторними) здібностями, «які можуть бути нерівномірно розвинені в окремій особистості або нерівномірно експлуатуються в конкретній діяльності» [359, с. 21].

Досліджуючи сутність гностичних умінь тренера, Е. П. Ільїн зазначає, що вони тісно пов'язані з процесами сприйняття (перцепції) та базуються на перцептивних уміннях, тобто вміннях фахівця спостерігати та помічати помилки спортсменів при виконанні вправ [217, с. 73].

Серед академічних здібностей тренера з аеробіки Н. В. Гущина називає такі:

– уміння своєчасно оцінювати нову інформацію з проблеми підготовки спортсменів до занять спортивною аеробікою;

- уміння формувати навички всебічного аналізу результатів виступів найсильніших спортсменів у змаганнях різного масштабу;
- уміння узагальнювати власний досвід педагогічної діяльності, вивчати досвід інших тренерів;
- уміння проводити порівняльний аналіз методичних рекомендацій різного характеру, критично їх осмислювати й творчо використовувати в педагогічній діяльності [148, с. 71].

У цьому контексті ми вважаємо за доцільне розглядати дослідницькі здібності як інтегрованій показник розвитку академічних здібностей. Згідно з думкою Н. В. Кузьміної, дослідницька функція педагога відноситься до гностичних функцій, і включає такі складові: аналіз педагогічних ситуацій; формування педагогічних завдань; пошук нових знань; аналіз процесу вирішення завдань і результатів рішення; зіставлення бажаного результату з реальним [287, с. 99].

Під загальними дослідницькими вміннями А. І. Савенков розуміє вміння бачити проблеми, ставити питання, висувати гіпотези, давати визначення поняттям, класифікувати, спостерігати, проводити експерименти, робити висновки, структурувати матеріал, працювати з текстом, доводити й захищати свої ідеї [411, с. 135]. П. В. Середенко вказує, що дослідницькі вміння й навички – це здатність та її реалізація виконання сукупності операцій щодо здійснення інтелектуальних і емпіричних дій, які складають дослідницьку діяльність і призводять до нового знання [439, с. 76].

О. К. Корносенко вказує на зв'язок гностичних функцій діяльності фахівця фізичної культури в галузі оздоровчого фітнесу «зі здатністю до самоосвіти, поглиблення знань про способи і форми фізичного фітнесу, його вплив на учасників фізкультурно-оздоровчої діяльності, про способи підвищення її ефективності, розширення кругозору, ерудованості тощо». Це, на думку вченої, «потребує глибоких, точних, різнобічних знань в галузі фітнесу» [259, с. 174].

І. Боднар вказує, що фахівці з видів фітнесу, зокрема шейпінгу, крім базових знань вищої фізкультурної освіти, повинні мати глибокі знання з питань харчування в ана- і катаболічній фазах тренування, вміти враховувати індивідуальні особливості показників медичного анамнезу тих, хто займається, володіти знаннями про нові розробки у сфері

фізкультурно-оздоровчих технологій, косметології, гігієни тощо [62, с. 31].

Гносеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, віддзеркалює інформованість студентів з циклу соціально-гуманітарних, фундаментальних та дисциплін професійної підготовки.

Ми переконані в тому, що майбутні фітнес-тренери повинні знати нормативно-правові документи, що стосуються фізичної культури та спорту; основи трудового законодавства, цивільного та адміністративного права, основні історичні етапи, напрямки та проблеми розвитку фізичної культури й спорту як органічної частини соціальної системи та загальнолюдської культури; анатомію, фізіологію та біохімію функціонування організму людини, у тому числі під час фізичних навантажень; основи теорії здоров'я людини; комплекс факторів формування здорового способу життя; теорію та технологію оздоровчо-рекреаційної рухової активності; сучасні підходи до розробки персональних і групових фітнес-програм для осіб різного віку, статі та фізичного стану; теоретико-методичні основи спорту для всіх; специфіку, структуру та напрямки фізичної рекреації; менеджмент і маркетинг; основи психології та педагогіки, зокрема психологію спілкування; методичні прийоми формування мотивації до регулярної рухової активності; сучасні комп'ютерні технології у сфері фітнесу. Вважаємо, що динамічний розвиток фітнес-індустрії вимагає від фахівців неперервного підвищення кваліфікації шляхом проходження відповідних курсів, конвенцій, майстер-класів, додаткового навчання та постійного самовдосконалення.

Як відомо, проблема теоретичного компоненту навчання не обмежується визначенням лише її змістового наповнення, а й залежить від рівня засвоєння матеріалу. Нам імпонує те, що в педагогічній літературі обговорюється проблема «якості» знань, які отримують майбутні фахівці в закладах вищої освіти. Ми згодні з О. А. Абдуллою [1, с. 57] та В. М. Мініяровим [332, с. 98], які вказують на низку недоліків теоретичної підготовки фахівців до педагогічної діяльності. До них вчені відносять описове засвоєння спеціальних понять, розрізненість окремих теорій, низький рівень сформованості вмінь обґрунтовувати теоретичні положення, відсутність розуміння причинно-наслідкових зв'язків між

педагогічними явищами тощо. У продовження цієї думки, А. В. Мудрик підкреслює, що орієнтація на засвоєння «готового» знання, переважання нормативності, шаблонності в підготовці до професійної педагогічної діяльності призводить до стійкого споживчого ставлення до навчання [336, с. 24].

У зв'язку з цим, ми впевнені, що система знань, які складають зміст гносеологічного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів повинна мати системний, практикоорієнтований, контекстний та міждисциплінарний характер і забезпечувати вектор освітньої траєкторії від рівня «знаю про...», «знаю як діяти...» до рівня «вмію застосовувати знання в різних ситуаціях», «здатен змінити ситуацію» та «знаю, до чого це призведе».

Отже, у нашому дослідженні гносеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, характеризується системою соціально-гуманітарних, фундаментальних і професійних знань та сформованих академічних здібностей, зокрема дослідницьких, які в сукупності забезпечують високий рівень пізнавальної (когнітивної) активності, високу розумову працездатність, здатність до сприйняття інформації, її аналізу та узагальнення, до логічних суджень, постановки мети та вибору шляхів її досягнення.

Беззаперечним є те, що знання повинні перетворюватися та виявлятися в уміннях і навичках професійної діяльності. Поняття «праксеологія» походить від грец. *praktikos* – діяльний, активний та тлумачиться як «концепція, що описує механізми ефективної організації практичної діяльності людини» [56, с. 2]; як «розділ філософії, предметом вивчення якого є вихідні засади, природа і сутність людської діяльності, її активно-перетворюючий характер, види і форми суспільної практики, спрямованість, мета і сенс людської діяльності» [436, с. 130].

У нашому дослідженні праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, відображає ступінь здатності майбутніх фітнес-тренерів до здійснення ефективної професійної діяльності та складає необхідний обсяг професійних умінь та навичок з надання фітнес-послуг і рекреаційних послуг різним групам населення.

Проаналізуємо результати досліджень вітчизняних і закордонних науковців з проблеми визначення специфіки видів діяльності фахівців за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», зокрема видів діяльності фітнес-тренерів.

Специфіку сфери фітнес-послуг та роль фітнес-тренера вивчав Т. Г. Бєставішвілі, який наголошує на клієнтоорієнтованому, педагогічному та комерційному характері роботи фітнес-тренера, на важливості діагностики потреб та мотивів клієнта фітнес-клуба, розглядає психологічні особливості фітнес-тренера та критерії ефективності його роботи [53, с. 124]. На його думку, сфера фітнес-послуг розвивається за своїми специфічними законами та принципами, головним з яких виступає економічна сторона надання фітнес-послуг. Крім того, автором зазначається принципова відмінність між роботою фітнес-тренера й тренера з виду спорту. Це помітно в ряді таких положень: фітнес-тренеру доводиться працювати над оптимальним, а не максимальним розвитком якостей, з тим, щоб зберегти оптимальний баланс між швидкістю розвитку цих якостей та позитивним впливом на здоров'я клієнта; вибір засобів, методів і організаційних форм тренувальних занять визначається не тільки їх функціональною необхідністю і раціональністю; фітнес-тренеру доводиться брати до уваги такі фактори, як емоційна насиченість занять, відповідність організаційної форми заняття задачі мотивації та настрою клієнта, моді на ті чи інші напрямки фітнес-тренування тощо [53, с. 124].

Аналіз літературних джерел показав, що науковці у своїх роботах спираються на структуру професійної компетентності тренера-викладача за авторством А. О. Деркача та А. А. Ісаєва. Учені виділяють 5 таких компонентів: гностичний – система знань та вмій тренера-викладача, пов'язаний з постійним узагальненням і систематизацією наукових знань; проектувальний – пов'язаний з проектуванням розвитку педагогічних систем і забезпеченням способів їх функціонування; організаційний – пов'язаний зі створенням загального ритму й режиму діяльності педагогічної системи; конструктивний – пов'язаний з плануванням педагогічного процесу, відбором засобів, форм і методів педагогічного впливу, їх композиційною побудовою і подальшою експериментальною перевіркою в навчально-виховному процесі; комунікативний – пов'язаний

з регламентацією і регулюванням відносин між керівниками, тренерами і спортсменами [157, с. 47].

Н. В. Гущина у своїй класифікації функцій тренера зі спортивної аеробіки додає й дидактичну функцію, яка пов'язана з реалізацією навчальних функцій фахівця [149, с. 13].

У дисертаційній роботі К. Д. Волкова розглядалися питання класифікації спеціальних професійних компетентностей, які повинні бути сформовані в інструктора тренажерного залу. На думку вченого, професійна підготовленість фахівця з фізичної культури та спорту для реалізації функцій інструктора тренажерного залу характеризується сукупністю спеціально-професійних компонентів, які формують предметно-професійні, комунікативні, комерційні, аналітико-рефлексивні, іміджево-презентативні, а також певні особистісні якості [121, с. 12]. На думку К. Д. Волкова, інструктор тренажерного залу повинен володіти такими вміннями, як: проектувати, конструювати та реалізовувати програми оздоровчих тренувальних занять з клієнтами в тренажерному залі; визначати цілі тренувальних занять, їх зміст, проводити структурування, відбір в залежності від фізичної підготовленості клієнта; володіти сучасними методами проведення різних видів тренувальних занять; володіти навичками продажу послуги «персональне тренування»; здійснювати персональний тренінг клієнтів; організовувати самостійну тренувальну діяльність клієнта, визначати її вид, обсяг і зміст; аналізувати техніку виконання вправ і оцінювати їх; діагностувати причини помилок і у зв'язку з цим здійснювати корекцію тренувальних занять; володіти способами професійної та особистісної рефлексії; здійснювати професійну самодіагностику, самооцінку й самоаналіз, а також аналіз і оцінку професійної діяльності колег і її результатів [121, с. 16].

У дослідженнях Л. В. Сідневої вміння професіонала з оздоровчої аеробіки склали викладацькі навички, методика навчання базовим крокам, володіння методикою проведення «розминки», «заминки» та силового тренування, музичальність і вміння складати комбінації [441, с. 13].

У роботах О. Г. Сайкіної ґрунтовно висвітлено особливості професійної діяльності фахівця з фітнесу в дошкільних і загальноосвітніх навчальних закладах [417, с. 374]. Учена вважає, що діяльність фахівця з дитячого фітнесу включає, перш за все, елементи діяльності вчителя фізичної культури, а також тренера й педагога

додаткової освіти та керівника з фізичної культури. О. Г. Сайкіна називає такі функції такого фахівця: ціннісно-оздоровчу, освітньо-виховну, управлінсько-організаторську, рекреаційно-просвітницьку, дослідницько-діагностичну, конструктивно-проектувальну, креативно-гедоністичну, господарсько-підприємницьку і функцію самовдосконалення [417, с. 376].

Аналіз іноземних джерел щодо визначення професійних обов'язків фітнес-тренерів дозволив встановити, що в США комісією при Національній асоціації силового й кондиційного тренінгу (National Strength and Conditioning Association – NSCA) затверджено такий перелік професійних обов'язків персонального тренера (фітнес-тренера): 1) використання індивідуального підходу для оцінки, мотивації, навчання та тренування осіб, що займаються з урахуванням їх потреб, пов'язаних із змінами стану їх здоров'я або фізичної підготовленості; 2) розробка безпечних та ефективних програм застосування вправ, надання першої допомоги в разі потреби та здійснення керівництва з метою досягнення особами їхніх персональних завдань. Крім цього зазначається, що до обов'язків персонального тренера входить мотивування людей до регулярної рухової активності. Треба відмітити, що в США не існує єдиних стандартизованих посадових обов'язків фітнес-тренера, а кожний клуб висуває власні вимоги. Такими вимогами можуть бути, крім загальноприйнятих, консультування клієнтів з питань харчування, консультування з фізіотерапевтичних процедур, проведення оздоровчого й реабілітаційного масажу, розробка фітнес-програм для осіб із особливими потребами та спеціальних груп населення, реєстрація нових членів, написання статей інформаційного бюлетеня, проведення клубних свят тощо [630, с. 186, 567].

У роботах А. А. Гладишева [134, с. 66] та О. В. Шестакової [528, с. 2380] до видів професійної діяльності фітнес-тренера належать психолого-педагогічні, гностичні, проектувальні, конструктивні, комунікативні, організаторські, фізкультурно-оздоровчі, науково-дослідні та діагностичні, рухові та акмеологічні.

О. К. Корносенко також згодна з більшістю дослідників і виділяє конструктивно-проектувальну, організаційно-управлінську, іміджево-презентативну, гностичну, комунікативну та рухову функції професійної діяльності фітнес-тренера [259, с. 174].

Проведений нами аналіз науково-методичної літератури та власні експериментальні дослідження дозволили нам сформулювати перелік професійних завдань та обов'язків фітнес-тренера. Серед них названо такі, як:

- проведення первинної співбесіди з клієнтом для обговорення мети фітнес-програм, уподобань стосовно фізичних вправ, очікуваних результатів, умов та місця тренувань;
- попередня оцінка стану здоров'я та факторів ризику розвитку захворювань;
- тестування фізичної підготовленості споживачів фітнес-послуг, оцінювання їх фізичної працездатності та функціонального стану організму;
- інформування клієнта про результати тестування та обговорення плану співпраці; взаємодія з системою фахівців різних напрямків (медицина, психологія, СПА, адміністрація);
- складання договору щодо надання фітнес-послуг, оформлення документів звітності, реєстраційних журналів тощо;
- проведення інструктажу щодо техніки безпеки використання спеціального обладнання, поведінки в клубі, санітарно-гігієнічних вимог з метою запобігання травматизму;
- демонстрування, пояснення та навчання клієнтів правильній техніці виконання фізичних вправ, у тому числі з використанням обладнання й з урахуванням рівня фізичної підготовленості та віку клієнта;
- розробка програми занять силової, аеробної спрямованості із визначенням етапу, мети, загальних і спеціальних завдань, засобів, раціональних параметрів рухової активності, форм організації, методів контролю, критеріїв ефективності для людей різної статі, віку та фізичного стану;
- володіння базовими фітнес-технологіями з різних напрямків і видів оздоровчого фітнесу;
- програмування профілактичних занять фізичними вправами для осіб, які мають фактори ризику виникнення захворювань серцево-судинної системи, обміну речовин, опорно-рухового апарату;
- розробка рекреаційних та анімаційних програм для осіб різного віку, статі та професії;

- проведення заняття з клієнтом;
- формування стійкої мотиваційної зацікавленості щодо ведення здорового способу життя та регулярної рухової активності в осіб, які займаються фітнесом;
- надання консультацій щодо збалансованого та раціонального харчування; участь у первинних консультаціях разом із фахівцями відділу продажів; участь у корпоративних святах та інших заходах клубу;
- володіння грамотною мовою, культурою спілкування та ерудицією; підвищення професійного рівня в системі неперервної освіти;
- дотримання концепції клубу, у якому він працює; сприяння створенню позитивного соціально-психологічного клімату спілкування з клієнтами і у колективі;
- перевірка придатності обладнання та інвентаря до експлуатації; підготовка різноманітного обладнання та інвентаря відповідно до занять та уподобань клієнта;
- надання першої медичної допомоги при травмах і гострих патологічних станах, які можуть виникнути під час занять з фітнесу.

До специфічних ознак практичної діяльності фітнес-тренера нами виділено: педагогічну спрямованість діяльності; нерегламентований розпорядок дня; роботу у вечірні години та вихідні дні; значний рівень рухової активності тренера протягом доби; високий рівень емоційності роботи; певні вимоги до зовнішнього вигляду.

З огляду на вищевказане, ми можемо констатувати, що змістом праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, є комплекс субкомпетентностей, які характеризують певні групи професійних функцій фахівців. Серед них нами виділено дидактично-рухову, проектувально-конструкторську, контрольну-аналітичну, організаційно-регулятивну та мотиваційно-комунікативну субкомпетентності (рис. 3.2).

До змісту *дидактично-рухової субкомпетентності* майбутніх фітнес-тренерів нами віднесено технічну та фізичну підготовленість для занять аеробікою, силовим фітнесом, акаеробікою, пілатесом тощо; уміння навчати клієнтів руховим діям за видами оздоровчого фітнесу та рекреації (здатність до демонстрації, пояснення, навчання клієнтів правильній техніці), здатність до виправлення помилок та надання

страховки та допомоги; уміння добирати специфічні методи та засоби розвитку (виховання) фізичних якостей (корекції психофізіологічних станів), у тому числі із застосуванням обладнання відповідно до завдань, віку та фізичного стану клієнтів.

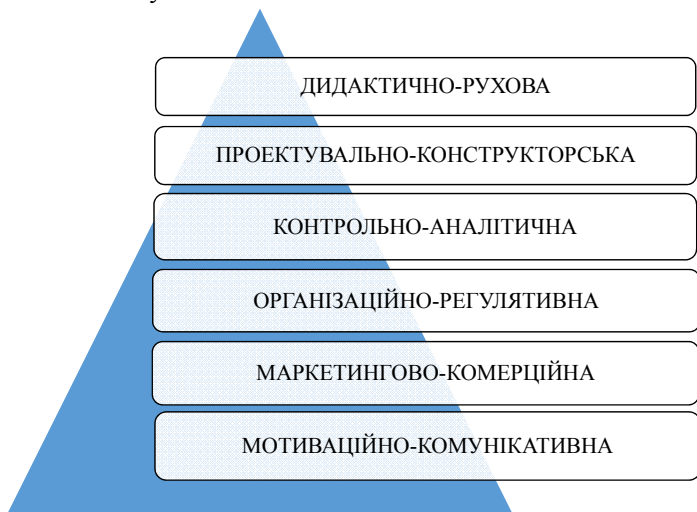


Рис. 3.2. Структура праксеологічної компетентності (субкомпетентності)

Проектувально-конструкторська субкомпетентність майбутніх фітнес-тренерів передбачає їх інтегральну здатність трансформувати мету та побажання клієнта в систему конкретних навчально-тренувальних завдань; уміння програмувати фітнес-програми з аеробіки, аквааеробіки, силового фітнесу, ментального фітнесу тощо, розробляти анімаційні програми з визначенням етапу, мети, загальних і спеціальних завдань, засобів, обладнання, раціональних параметрів рухової активності, інтенсивності, форм організації, методів контролю, критеріїв ефективності для осіб різної статі, віку та фізичного стану, уміння програмувати профілактичні заняття фізичними вправами для осіб, які мають фактори ризику виникнення захворювань серцево-судинної системи, обміну речовин, опорно-рухового апарату; спроможність підбирати в разі необхідності музичний супровід для комплексів фізичних вправ різної спрямованості.

Контрольно-аналітична субкомпетентність майбутніх фітнес-тренерів передбачає їх спроможність здійснювати етапний, оперативний та поточний контроль стану здоров'я клієнтів, фізичного розвитку, факторів ризику розвитку захворювань, функціонального стану серцево-судинної, дихальної систем організму, нервово-психічного статусу, фізичної підготовленості та фізичної працездатності осіб різного віку та статі; здатність до відповідної інтерпретації даних, до виявлення технічних і методичних помилок.

Організаційно-регулятивна субкомпетентність майбутніх фітнес-тренерів характеризує їх здатність здійснювати ефективну взаємодію з клієнтом, групою клієнтів; уміння координувати та реалізовувати заплановані завдання під час заняття на основі оптимального розподілу ресурсів і регуляції параметрів навантаження, забезпечувати зворотній зв'язок із клієнтами на основі засобів вербальної та невербальної комунікації, здійснювати саморегуляцію власного психофізичного стану. Крім того, у межах цієї компетентності майбутні фітнес-тренери повинні уміти скласти індивідуальні фінансові документи обліку та звітності, перевіряти придатність до експлуатації спеціального обладнання та інвентаря, надавати першу медичну допомогу при травмах і гострих патологічних станах, які можуть виникнути під час занять з фітнесу, сприяти формуванню позитивного емоційного фону на занятті на основі прояву експресивності, артистичності та педагогічного такту.

Мотиваційно-комунікативна субкомпетентність майбутніх фітнес-тренерів віддзеркалює одну з важливих професійних функцій – формування мотивації клієнтів до регулярної фізичної активності та ведення здорового способу життя. Окрім цього, фітнес-тренеру доводиться надавати консультації з широкого кола питань: техніка безпеки використання спеціального обладнання, правила поведінки в клубі, принципи збалансованого та раціонального харчування, методи корекції шкідливих звичок, самоконтролю тощо.

Виходячи з особливостей педагогічного спілкування, охарактеризованих В. М. Целуйко [520, с. 134] ми виокремлюємо три групи мотиваційно-комунікативної субкомпетентності фітнес-тренера:

– здатність до міжособистісної комунікації (вміння користуватися вербальними і невербальними засобами передачі інформації; грамотність усної і письмової мови, навички ораторського мистецтва; уміння

організовувати та підтримувати педагогічний діалог; уміння вести ділове листування, здатність активно слухати партнера);

– перцептивні вміння (вміння діагностувати психоемоційний стан клієнта, розпізнавати приховані мотиви й види психологічного захисту клієнтів);

– здатність до міжособистісної взаємодії (вміння керувати груповою динамікою, спроможність займати адекватну рольову позицію, надавати психологічну підтримку клієнтам, займати позицію конструктивної конфронтації та вирішувати конфлікти, аргументувати, переконувати та вмотивувати клієнтів тощо).

Специфічною для діяльності фітнес-тренера, на нашу думку, є *маркетингово-комерційна субкомпетентність*. Вона спрямовує діяльність фітнес-тренера не тільки на отримання власне педагогічних результатів (оздоровчих, виховних, навчальних, розвивальних), але й таких, яким властиві ознаки потенційної комерційності та конкурентоздатності.

За аналізом І. А. Доніної [167, с. 846] та В. Я. Глоня [135, с. 137], поняття «маркетинг» розглядається більшістю науковців як діяльність, що забезпечує створення, інформування, доставку та обмін пропозицій, які мають цінність для споживачів, клієнтів, партнерів і суспільства в цілому; як знання, які забезпечують довгострокову конкурентоспроможність фірми за рахунок пошуку відповідності між її можливостями створення пропозиції та споживчим попитом.

На нашу думку, маркетингово-комерційна субкомпетентність майбутніх фітнес-тренерів передбачає їх здатність здійснювати низку маркетингових стратегій, а саме: виявлення ключових потреб клієнта, планування та розробку фітнес-послуг на базі попереднього аналізу ринку споживачів; розробку та реалізацію системи мотивування потенційних і наявних споживачів фітнес-послуг, самопрезентацію, реалізацію претензійної роботи з клієнтом, здатність до ведення комерційної бесіди з клієнтом з приводу пропозиції групових і персональних фітнес-послуг і супутніх оздоровчих послуг.

Крім того, ми вважаємо, що необхідною умовою формування маркетингово-комерційної субкомпетентності майбутніх фітнес-тренерів є розвиток комерційного мислення. До ознак такого мислення Р. А. Березовська та М. М. Борисова відносять такі характеристики, як:

оцінювання професійної ситуації з точки зору комерційної доцільності, тобто оптимального співвідношення витрат і прибутків; здатність до прогнозування можливих змін на ринку фітнес-послуг і відповідних змін запитів споживачів; пошук шляхів збільшення прибутку для себе та компанії, пошук методів забезпечення власної конкурентної переваги. [377, с. 242].

Отже, праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, характеризується наявністю дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольної-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної субкомпетентностей, що забезпечують виконання професійних функцій фахівців.

Загальновідомо, що умовою становлення компетентності фахівця та успішної реалізації його професійної діяльності є розвиток індивідуально-психологічних якостей особистості (здібностей), які базуються на здібностях.

Т. М. Хрустальова вважає, що здібності – це індивідуально-психологічні особливості особистості, які є умовою успішного здійснення певної діяльності й визначають відмінності в оволодінні необхідними для неї знаннями, вміннями та навичками [516, с. 42].

У зв'язку з цим, нами було виокремлено особистісний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти. Цей компонент передбачає наявність комплексу професійно значущих особистісних якостей майбутніх фітнес-тренерів.

Раніше нами було з'ясовано, що діяльність фітнес-тренера має педагогічний, клієнтоорієнтований, комерційний характер та належить до типу професій «людина-людина».

Розглянемо позиції науковців щодо переліку професійно важливих особистісних якостей педагогів з фізичної культури, спортивних педагогів і фахівців з фізичної культури та спорту.

За характеристикою А. Клімова, до професійно значущих якостей представника професій типу «людина-людина» можна зарахувати комунікативні здібності, емоційну стійкість, швидке перенесення уваги; емпатію; спостережливість; організаторські здібності та ін. [161, с. 516].

На думку Є. П. Ільїна, усі професійно важливі якості педагога з фізичної культури можна розділити на такі групи: світоглядні, моральні, комунікативні (включаючи педагогічний такт), вольові, інтелектуальні (включаючи перцептивні), аттенційні (якість уваги), мнемонічні (якість пам'яті) і рухові (психомоторні) [217, с. 137].

Більш детальну структуру педагогічних здібностей спортивного педагога пропонує Л. І. Лубишева. Так, учена виділяє перцептивні здібності (педагогічну спостережливість); конструктивні (здатність до прогнозування результатів діяльності); дидактичні; експресивні; комунікативні; організаторські (здатність оцінювати обстановку, приймати рішення та сприяти його виконанню, швидкість і гнучкість мислення, рішучість, витримка, наполегливість, вимогливість, почуття відповідальності); академічні (здібності до наукового дослідження та узагальнення власного досвіду) [307, с. 146].

Таку ж думку має і Н. В. Гущина, яка до особистісного компоненту професійної компетентності тренера зі спортивної аеробіки відносить гностичні, дидактичні, проектні, конструктивні, комунікативні та організаторські здібності (професійно значущі якості) [149, с. 13].

Ми згодні з К. Д. Волковим, який до професійно важливих особистісних якостей інструктора тренажерного залу відносить сумлінність, товарицькість, доброзичливість і тактовність, дипломатичність, артистизм та стресостійкість [121, с. 14].

О. Г. Сайкіною визначено 6 груп професійно значущих якостей фахівця з дитячого фітнесу: моральні, комунікативні, інтелектуальні, психомоторні, вольові, специфічні (професійні). До специфічних якостей фахівця з дитячого фітнесу вчена відносить емоційність, музикальність, рухову пам'ять, артистизм і зовнішню привабливість [414, с. 370].

Л. В. Сиднева виділила такі найбільш вагомні якості особистості викладача з оздоровчої аеробіки, як: емоційність, вміння встановлювати психологічний контакт, працьовитість, дисциплінованість, вимогливість та чуйність [441, с. 12].

В. А. Ростова і М. О. Ступкіна визначили низку якостей, які підтверджують професійну придатність фахівця з оздоровчих видів аеробіки. До них учені віднесли лідерські якості, авторитетність, контактність, вміння брати на себе відповідальність за самопочуття й фізичну форму споживачів послуг, високу самооцінку [401, с. 76].

Закордонні колеги (Н. Gardner [600, с. 76], В. Gearity [601, с. 178], В. Walsh [675, с. 100], С. Hyatt [607, с. 107], V. Gambetta [599, с. 11], J. Maxwell [624, с. 15]) до важливих особистісних якостей фітнес-тренера, які є підґрунтям до розбудови успішної власної кар'єри, відносять комунікаційні, мотиваційні, управлінські, педагогічні (коуч-якості) та лідерські особистісні якості.

Отже, аналіз наукових робіт, присвячених виявленню та опису особистісних якостей педагогів з фізичної культури, спортивних педагогів і фахівців з фізичної культури та спорту, показує, що в дану категорію входять, як правило, досить різнопланові характеристики людини: особливості мислення та діяльності; ціннісні орієнтації та спрямованість особистості; інші характерологічні риси особистості та здібності. Подібний підхід виправданий з точки зору цілісності особистості, проте ускладнює педагогічне рішення проблеми професійного розвитку (формування, корекції, виховання) особистості фітнес-тренера.

У зв'язку з цим, нами в зміст компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, включено особистісні характеристики. Так, мотиваційний компонент передбачає розвиток вольових якостей; аксіологічний – самооцінку, креативність, спонтанність, гнучкість при спілкуванні, моральні якості та здатність до саморозвитку; гностичний характеризується сформованістю пізнавальних та аналітичних якостей; праксеологічний – дидактичними, проектувальними та діагностичними здібностями.

У складі особистісного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, ми розглядаємо ті якості, які в психології об'єднуються поняттям «риси характеру».

До професійно важливих якостей майбутніх фітнес-тренерів, які є базовими для розвитку інших професійно значущих якостей, нами віднесено такі якості, як: здатність до емпатії, комунікативні та організаторські здібності, лідерські якості, конфліктостійкість.

Охарактеризуємо сутність та функції цих якостей.

Розглядаючи феномен «емпатія», В. І. Долгова характеризує її як перцептивно-рефлекторну здатність, яка визначає можливість проникнення суб'єкта спілкування в індивідуальну своєрідність

особистості об'єкта спілкування і розуміння самого себе; як мотив альтруїстичної поведінки; як вираження психологічного прийняття іншої людини [166, с. 86].

До функцій емпатії В. М. Варталян відносить такі, як: сприяння збалансованості міжособистісних відносин, моральному зростанню особистості, формуванню комунікативної компетентності, реалізації виховної функції. На думку вченого, високому рівню емпатії відповідає високий соціометричний, емоційний і діловий статус особистості в колективі [74, с. 95].

А. Е. Ахметзянова розділила структуру емпатії на три компоненти: 1) когнітивний – як розуміння психоемоційного стану іншої людини без зміни власного; 2) емоційний (афективний) компонент – як співпереживання, мімічне та вербальне співчуття; 3) поведінковий (дієвий) – як активна підтримка іншого та надання йому допомоги й співчуття [32, с. 67].

Отже, зважаючи на специфіку діяльності фітнес-тренера, яка характеризується необхідністю розпізнавати потреби клієнта, діагностувати його психоемоційний стан та надавати психологічну допомогу, вважаємо, що наявність емпатійних здібностей майбутніх фітнес-тренерів є їх важливою характеристикою.

До професійно важливих якостей фітнес-тренерів також належать і комунікативні здібності, які є умовою ефективного спілкування. Важливими комунікативними здібностями фітнес-інструкторів, що впливають на їх успішність, Ю. В. Мілова зі співавторами вважає товариськість, доброзичливість і прийняття інших, адекватну оцінку партнера та вміння його зрозуміти, контактність, здатність переконувати і співпрацювати [331, с. 566].

На думку К. Д. Халіної та Т. В. Капустіної, комунікативні здібності – це стійкі характеристики поведінки людини в ситуаціях спілкування, які забезпечують ефективність діяльності та психологічну сумісність учасників комунікації [512, с. 209].

Я. М. Колкер виділяє такі комунікативні здібності, як: висока інтенсивність спілкування особистості, активність особистості при встановленні, реалізації та завершенні акту комунікації, характер тривалості залучення особистості в процес комунікації, загальний розмір

кола спілкування, успішність особистості при вирішенні конфліктних ситуацій при спілкуванні [252, с. 30].

Е. Г. Азімов та А. Н. Щукін виокремлюють у структурі комунікативних здібностей три основні підструктури і одну загальну, фундаментальну для всіх трьох, елементами якої є професіоналізм, прагнення до спілкування, доброзичливість, скромність, вимогливість до себе, досвід громадської діяльності, активність, кмітливість, організованість [5, с. 103]. Перша підструктура – здатність людини розуміти інших людей. Її елементи – прагнення до розуміння інших, уміння слухати співрозмовника, спостережливність. Друга підструктура – експресивна здатність як здатність до самовираження особистості. Її елементи – прагнення бути зрозумілим іншими, чесність, культура мови, довіра до партнера. Третя підструктура – здатність адекватно впливати на співрозмовника. Її елементи – вимогливість, ввічливість, такт, дисциплінованість, рішучість [5, с. 103].

У психологічній літературі зазначається, що комунікативні здібності є обов'язковим компонентом й організаторських здібностей. За Е. Г. Азімовим, психологічна структура організаторських здібностей включає в себе: комунікативні здібності, практичний розум, здатність активізувати інших, критичність, тактовність, ініціативність, вимогливість до себе та інших, саморегуляцію, наполегливість [5, с. 176]. Учений виділяє такі риси особистості, наділеної організаторськими здібностями, як: психологічна вибірковість, психологічний такт; емоційно-вольові якості (енергійність, вимогливість, критичність) [5, с. 176].

Вважаємо, що розуміння психологічної структури комунікативних та організаторських здібностей майбутніх фітнес-тренерів обумовлює розробку стратегії їх формування в процесі професійної підготовки в закладах вищої освіти.

Останнім часом у літературі з проблем акмеології особистості трапляється думка про те, що важливим елементом професійного розвитку та досягнення власного «акме» є сформованість лідерських якостей як самостійного новоутворення психіки. На нашу думку, професія «фітнес-тренер» вимагає від фахівців прояву певної «харизми», вміння впливати на групи людей, формувати їх мотивацію тощо. Розглянемо погляди науковців на феноменологію лідерства.

О. В. Соловйова пропонує розглядати лідерство не тільки як мистецтво управління і як явище внутрішньогрупової диференціації, але і як якість особистості, що забезпечує людині можливість високого рівня розвитку, досягнення значних життєвих і професійних висот, особистісного успіху [462, с. 14].

У «Словнику-довіднику з соціальної психології» поняття «лідер» тлумачиться як член групи, колективу, який завоював авторитет і право впливати на інших людей та який відіграє центральну роль в організації певних відносин і спільної діяльності [281, с. 122].

Аналіз робіт К. В. Литвинової [304, с. 44], Д. Майерса [314, с. 378], Р. Bennis [561, с. 67], R. Stogdill [648, с. 435] та інших науковців дозволив нам узагальнити типові характеристики фітнес-тренера, який має якості лідера. До них нами віднесено: цілеспрямованість, наполегливість, ініціативність, упевненість у собі, готовність піти на ризик, рефлексивність, самокритичність, цілісність особистості, надійність, прагнення до самоосвіти та самовдосконалення; відповідальність, відкритість до спілкування, оптимізм, любов до людей, чесність, емоційну стійкість, професіоналізм, підприємливість, уміння працювати з людьми, переконувати, мотивувати їх та ін.

На нашу думку, ще однією професійно значущою якістю особистості фітнес-тренера є стресостійкість та конфліктостійкість. Адже діяльність фітнес-тренера пов'язана з активним спілкуванням із людьми, а значить, з виникненням міжособистісних, соціальних конфліктів та з небезпекою емоційного вигорання.

Цікавою є думка Н. О. Жуковської щодо проблеми формування конфліктостійкості особистості. До компонентів структури конфліктостійкості педагога вчена відносить:

– емоційний компонент: формування (розвиток) вміння керувати своїм емоційним станом в передконфліктних і конфліктних ситуаціях, формування (розвиток) здатності відкрито виражати емоції;

– вольовий компонент: формування (розвиток) вміння регулювати своє емоційне збудження в конфліктній ситуації: толерантність, терпимість до чужої думки, самоконтроль, вміння надати об'єктивну оцінку конфлікту;

– мотиваційний компонент: сприяння оптимальній поведінці в конфліктній ситуації;

– психомоторний компонент: забезпечення правильності поведінки і дій, їх відповідність конфліктній ситуації: розвиток уміння володіти своїм тілом; керувати жестикуляцією і мімікою [184, с. 218].

Вважаємо, що конфліктостійкість фітнес-тренера є важливим особистісним ресурсом, який дозволяє забезпечити конструктивний характер його діяльності в конфліктній ситуації та є передумовою його соціально-професійного та особистісного зростання.

Отже, нами обґрунтовано структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти. Виокремлено мотиваційний, аксіологічний, праксеологічний та особистісний структурні компоненти, які мають взаємозалежний та взаємопов'язаний характер, завдяки чому й забезпечується формування інтегрального новоутворення особистості – професійної компетентності фітнес-тренера. Теоретично обґрунтована структура професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів відповідає стандарту вищої освіти України за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» і віддзеркалює зміст інтегральної, загальної та спеціальної (фахової) компетентностей. Розглядаючи професійну компетентність майбутніх фітнес-тренерів як результат їх професійної підготовки в закладах вищої освіти, вважаємо за доцільне спрямувати свої зусилля на об'єктивну оцінку її рівня відповідно до обраних критеріїв і показників.

3.2. Характеристика критеріїв, показників і рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

З метою обґрунтування діагностичного інструментарію оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів постає необхідність визначити сутність понять «критерій», «показник» та «рівень».

У «Новому тлумачному словнику української мови» поняття «критерій» визначається як «ознака, на підставі якої проводиться оцінка, визначення або класифікація будь-якого явища, процесу та діяльності» [352, с. 211].

У практиці педагогічних досліджень існують декілька підходів до визначення його змісту. Зокрема, М. І. Шилова вважає, що критерій – це

мірило, ознака для оцінки, класифікації; судження, що дозволяє з різних можливих рішень вибрати одне [529, с. 12.]. І. О. Мавріна тлумачить поняття «критерій» як засіб і необхідний інструмент оцінки, за допомогою якого вимірюються рівні, ступені прояву того чи іншого явища [311, с. 31]. В. Макаренко трактує поняття «критерії» як якості, властивості та ознаки об'єкта, що вивчається, які дають можливість зробити висновки про стан і рівень його сформованості [315, с. 189].

Інакше, на думку О. Ю. Макарової, критерій може бути інтерпретований як сукупність основних показників, які розкривають певний рівень будь-якого явища; як показник, на підставі якого можна судити про ефективність будь-якого процесу [316, с. 349].

Ми погоджуємось з думкою О. Макарової про те, що критерій виявляє загальну ознаку, за якою здійснюється оцінювання та порівняння реальних педагогічних явищ, процесів і характеристик. У свою чергу, ступінь прояву, якісна сформованість та визначеність критеріїв виражається в конкретних показниках [316, с. 350].

На думку Г. П. Іванової, показник є складовим елементом критерію, який відображає певні властивості та ознаки досліджуваного об'єкта. Головними характеристиками поняття «показник» є конкретність і діагностичність, що передбачає доступність його для спостереження, обліку та фіксації, а також дозволяє розглядати показник стосовно до критерію як частину до загального [211].

Важливою є думка О. Ю. Макарової щодо вимог до вибору показників. Так, учена наголошує на тому, що кількість показників повинна бути мінімальною, процедура оцінювання – максимально спрощеною. Крім того, вчена зазначає, що показники повинні бути зрозумілими, конкретними й доступними для вимірювання та відповідати основній сфері діяльності [316, с. 350].

Звернемося до тлумачення поняття «рівень» у педагогічній літературі. У словнику «Професійна освіта» за авторством С. М. Вишнякової вказується, що рівень – це ступінь оволодіння змістом навчання, вимірювач досягнутої професійної майстерності; характеризує ступінь складності завдань, які вирішуються людиною [112, с. 246]. Як зазначає В. Макаренко, поняття «рівень» є складним і неоднозначним [315, с. 193]. Так, у нормативних документах системи освіти рівень розглядається як складова стандарту і висвітлює загальні вимоги до рівня підготовки випускників, з

іншої сторони, він відображає уявлення, які відтворюють поточні можливості студента в опануванні знань, умінь і навичок. В. Макаренко вважає, що рівень – це ступінь розвитку певних здібностей та якостей фахівця [315, с. 193]. Ми згодні з цією думкою.

Дослідники вирізняють різну кількість рівнів професійної компетентності та характеризують їх з різних позицій. Так, С. А. Хазова виділяє чотири узагальнені рівні професійної компетентності майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту: високий, вище середнього, середній, низький [511, с. 92]. О. В. Шестакова оцінює професійну компетентність персоналу тренерів-викладачів фітнес-центрів за низьким, середнім, нормальним і високим рівнями [528, с. 2382]. В. Макаренко виділяє такі рівні професійної компетентності: низький (інтуїтивний), середній (репродуктивний), достатній (активний) і високий (творчо-індивідуальний) [315, с. 193].

А. О. Деркач і А. А. Ісаєв виділяють п'ять рівнів знань та вмінь спортивного тренера: 1) репродуктивний рівень (мінімальний). Тренер на прикладі може показати, як виконувати систему вправ і комбінацій, уміє переказати те, що знає сам і так, як знає сам; 2) адаптивний рівень (низький). Тренер уміє не лише повідомити те, що знає та вміє сам, а й застосувати своє повідомлення відповідно до вікових й індивідуальних особливостей підлітків; 3) локально-моделюючий рівень (середній). Тренер уміє не тільки передавати знання та вміння, застосовуючи їх до особливостей юних спортсменів, а й конструювати (моделювати) систему знань, умінь і навичок за окремими темами та розділами; 4) системно-моделюючий рівень (високий). Тренер уміє так моделювати систему діяльності юних спортсменів, щоб формувати в них систему знань, вмінь і навичок у галузі обраного виду спорту; 5) системно-моделюючий діяльність і поведінку рівень (вищий). Тренер уміє моделювати таку систему діяльності підлітків, яка формує в них моральність [157, с. 132].

Існує й система оцінювання рівня знань за шкалою ECTS: «А» – відмінно (відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок), «В» – дуже добре (вище середнього рівня з кількома помилками), «С» – добре (в цілому правильне виконання з певною кількістю суттєвих помилок), «D» – задовільно (непогано, але зі значною кількістю недоліків), «Е» – достатньо (виконання задовольняє мінімальним критеріям), «FX» – незадовільно (з можливістю повторного складання), «F» – незадовільно (з обов'язковим повторним курсом) [163].

На думку Р. С. Гуревича, компетентність персоналу виявляється на трьох рівнях: на рівні представлення і розуміння, коли працівник уже має знання, вміння та навички, але ще не має досвіду їх застосування; на рівні якісного виконання посадових функцій, коли суб'єкт професійної діяльності має досвід реалізації покладених на нього завдань; на рівні креативної екстраполяції, що дозволяє фахівцеві переносити ефективні засоби та методи з інших сфер соціальної діяльності на свою діяльність, а також синтезувати нові форми, методи та засоби ефективної реалізації виробничих завдань й функцій. Нам імпонує думка вченого про те, що ефективна оцінка результатів формування професійної компетентності досягається за допомогою застосування педагогічного інструментарію, який відповідає таким рівням професійної компетентності: базовий рівень компетентності (рівень уявлення, розуміння й початкової готовності до реалізації професійних функцій); середній рівень компетентності (рівень якісного виконання посадових функцій); вищий рівень компетентності (рівень креативної екстраполяції) [147, с. 35].

Ми розуміємо перевагу та доцільність багаторівневого оцінювання якості знань, умінь та навичок студентів у навчально-виховному процесі, але вважаємо, що для системних наукових досліджень оптимальним є розподіл на три рівні: низький, середній та високий.

Зазначимо, що при обґрунтуванні системи критеріїв оцінювання ефективності професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в закладах вищої освіти ми виходили з необхідності здійснення комплексної оцінки всіх її структурних елементів і компонентів. Відповідно до структурних компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, нами було виокремлено і конкретизовано критерії та їх показники (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

**Структурні компоненти, критерії та показники
сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів**

Компоненти	Критерії	Показники
Мотиваційний	Мотиваційно-вольовий	Прагнення до оволодіння професійними знаннями та навичками
		Бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію
		Здатність до самоконтролю поведінки

Продовження табл. 3.1

		Ініціативність та наполегливість у досягненні поставлених завдань
Аксіологічний	Ціннісно-смісловий	Прагнення особистості до самоактуалізації (цінності зрілої особистості, потреба в пізнанні, креативність, принципіальність, самооцінка, контактність)
Гносеологічний	Когнітивно-інтелектуальний	Наявність системи знань із циклу дисциплін професійної підготовки
		Здатність до реалізації дослідницьких умінь
Праксеологічний	Операційно-технологічний	Наявність дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної субкомпетентностей. Здатність до реалізації професійних функцій фітнес-тренера
Особистісний	Соціально-психологічний	Сформованість емпатійних, комунікативних, організаторських, лідерських здібностей та конфліктостійкості

Отже, високий рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм характеризується яскраво вираженим прагненням до оволодіння професійними знаннями та навичками; сильним бажанням працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію; стійким проявом здатності до самоконтролю поведінки; високою ініціативністю та наполегливістю в досягненні поставлених завдань.

Середній рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм характеризується помірним проявом прагнення до оволодіння професійними знаннями та навичками; помірним бажанням працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію; ситуаційним проявом ініціативності та наполегливості в досягненні поставлених завдань.

Низький рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм характеризується відсутністю прагнення до оволодіння професійними

знаннями та навичками, відсутністю бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію; низькою ініціативністю та наполегливістю в досягненні поставлених завдань.

Ціннісно-смісловий критерій сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів дозволяє визначити ступінь здатності особистості до самовизначення та реалізації власних потенційних можливостей.

Показником ціннісно-сміслового критерію є прагнення особистості до самоактуалізації, що виявляється у сформованості таких новоутворень, як: цінності зрілої особистості, потреба в пізнанні, креативне ставлення до дійсності, принциповість, самооцінка та контактність.

Високий рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смісловим критерієм характеризується чітко вираженим прагненням особистості до самоактуалізації, сформованістю цінностей зрілої особистості, високою потребою в пізнанні, високим рівнем креативності, яскраво вираженою принциповістю, адекватністю самооцінки та високим рівнем контактності.

Середній рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смісловим критерієм характеризується помірним проявом прагнення особистості до самоактуалізації: засвоєнні певних цінностей зрілої особистості; помірній потребі в пізнанні; середньому рівні розвитку креативності; стійкістю вираження принциповості; оптимальній самооцінці, з тенденцією до її зниження, та помірному прояві контактності.

Низький рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смісловим критерієм характеризується відсутністю прагнення особистості до самоактуалізації: несформованістю цінностей зрілої особистості; відсутністю потреби в пізнанні; слабким розвитком креативності; відсутністю принциповості; низький самооцінці; відсутністю прояву контактності.

Когнітивно-інтелектуальний критерій сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів відображає рівень теоретичної підготовленості студентів з дисциплін фахової підготовки, що базуються на значному масиві фундаментальних природничих і соціальних знань, та ступінь розвитку дослідницьких здібностей, що передбачає здатність до самостійної пошукової діяльності, аналізу, синтезу, узагальнення,

диференціації, абстрагування, конкретизації інформації, порівняння, встановлення аналогій та причинно-наслідкових зв'язків, формулювання суджень тощо.

Показниками когнітивно-інтелектуального критерію є наявність системи знань з циклу дисциплін професійної підготовки та здатність до реалізації дослідницьких умінь.

Високий рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за когнітивно-інтелектуальним критерієм характеризується наявністю глибоких, міцних і системних знань з циклу дисциплін професійної підготовки; яскраво виражену здатність до реалізації повного обсягу дослідницьких умінь.

Середній рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за когнітивно-інтелектуальним критерієм характеризується наявністю знань з циклу дисциплін професійної підготовки; здатністю реалізовувати більшість дослідницьких умінь самостійно, решту – за допомогою викладача.

Низький рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за когнітивно-інтелектуальним критерієм характеризується фрагментарністю знань з циклу дисциплін професійної підготовки; здатністю реалізовувати дослідницькі уміння виключно за допомогою викладача.

Операційно-технологічний критерій сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів відображає ступінь сформованості дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольної-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної субкомпетентностей.

Показником операційно-технологічного критерію є наявність дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольної-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної субкомпетентностей та здатності до реалізації професійних функцій фітнес-тренера.

Високий рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за операційно-технологічним критерієм характеризується яскраво вираженими дидактично-руховою, проектувально-конструкторською, контрольної-аналітичною, організаційно-регулятивною, мотиваційно-комунікативною та

маркетингово-комерційною субкомпетентностями та здатністю самостійно реалізовувати повний обсяг професійних функцій фітнес-тренера, з елементами креативності, відсутністю технічних, методичних та організаційних помилок та ефективними діями в навчальних та реальних ситуаціях.

Середній рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за операційно-технологічним критерієм характеризується вираженими дидактично-руховою, проектувально-конструкторською, контрольно-аналітичною, організаційно-регулятивною, мотиваційно-комунікативною та маркетингово-комерційною субкомпетентностями та здатністю самостійно реалізовувати повний обсяг професійних завдань фітнес-тренера без елементів креативності, наявністю незначних технічних, методичних та організаційних помилок та ефективними діями в навчальних ситуаціях.

Низький рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за операційно-технологічним критерієм характеризується фрагментарним проявом дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної субкомпетентностей; здатністю реалізовувати певні професійні функції фітнес-тренера тільки з орієнтацією на зразок та допомогу викладача, наявністю грубих технічних, методичних та організаційних помилок у навчальних та реальних ситуаціях.

Соціально-психологічний критерій сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів відображає ступінь сформованості соціально-психологічних якостей, які є професійно-значущими для ефективної діяльності в сфері оздоровчого фітнесу. До показників соціально-психологічного критерію нами віднесено наявність емпатійних, комунікативних, організаторських, лідерських здібностей особистості та її конфліктостійкість.

Високий рівень сформованості професійної компетентності за соціально-психологічним критерієм характеризується стійким проявом емпатійних здібностей; стабільністю прояву організаторських та комунікативних якостей; яскравим проявом лідерських якостей; демонстрацією толерантності під час конфлікту, значним проявом конфліктостійкості.

Середній рівень сформованості професійної компетентності за соціально-психологічним критерієм характеризується ситуативним характером прояву емпатії; нестійким характером прояву організаторських, комунікативних і лідерських якостей особистості; помірній конфліктостійкості.

Низький рівень сформованості професійної компетентності за соціально-психологічним критерієм характеризується переважною нездатністю до емпатії; відсутністю організаторських, комунікативних і лідерських якостей; низьким рівнем конфліктостійкості.

Отже, визначимо інтегральну характеристику високого, середнього та низького рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Високий рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера в закладах вищої освіти характеризується яскраво вираженим прагненням до оволодіння професійними знаннями та навичками; сильним бажанням працювати за фахом «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію; стійким проявом здатності до самоконтролю поведінки; високою ініціативністю та наполегливістю в досягненні поставлених завдань; чітко вираженим прагненням особистості до самоактуалізації, сформованістю цінностей зрілої особистості: високою потребою в пізнанні, високим рівнем креативності, яскраво вираженою принциповістю, адекватністю самооцінки та високим рівнем контактності; наявністю глибоких, міцних і системних знань з циклу дисциплін професійної підготовки; яскраво виражену здатність до реалізації повного обсягу дослідницьких умінь; яскраво вираженими дидактично-руховою, проєктувально-конструкторською, контролью-аналітичною, організаційно-регулятивною, мотиваційно-комунікативною та маркетингово-комерційною субкомпетентностями та здатністю самостійно реалізовувати повний обсяг професійних функцій фітнес-тренера з елементами креативності, відсутністю технічних, методичних та організаційних помилок та ефективними діями в навчальних та реальних ситуаціях; стійким проявом емпатійних здібностей; стабільністю прояву організаторських та комунікативних якостей; яскравим проявом лідерських якостей; демонстрацією толерантності під час конфлікту, значним проявом конфліктостійкості.

Середній рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера в закладах вищої освіти характеризується помірним проявом прагнення до оволодіння професійними знаннями та навичками; помірним бажанням працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію; ситуаційним проявом ініціативності та наполегливості в досягненні поставлених завдань; помірним проявом прагнення особистості до самоактуалізації: засвоєнні певних цінностей зрілої особистості, помірній потребі в пізнанні; середньому рівні розвитку креативності; стійкістю вираження принциповості; оптимальній самооцінці, з тенденцією до її зниження, та помірному прояві контактності; наявністю знань з циклу дисциплін професійної підготовки; здатністю реалізовувати більшість дослідницьких умінь самостійно, решту – за допомогою викладача; вираженими дидактично-руховою, проєктувально-конструкторською, контрольно-аналітичною, організаційно-регулятивною, мотиваційно-комунікативною та маркетингово-комерційною субкомпетентностями та здатністю самостійно реалізовувати повний обсяг професійних завдань фітнес-тренера без елементів креативності, наявністю незначних технічних, методичних та організаційних помилок та ефективними діями в навчальних ситуаціях; ситуативним характером прояву емпатії; нестійкому характері прояву організаторських, комунікативних і лідерських якостей особистості; помірній конфліктостійкості.

Низький рівень професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера в закладах вищої освіти характеризується відсутністю прагнення до оволодіння професійними знаннями та навичками, відсутністю бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію; низькою ініціативністю та наполегливістю в досягненні поставлених завдань; відсутністю прагнення особистості до самоактуалізації: несформованістю цінностей зрілої особистості; відсутністю потреби в пізнанні; слабким розвитком креативності; відсутністю принциповості; низький самооцінці; відсутністю прояву контактності; фрагментарністю знань з циклу дисциплін професійної підготовки; здатністю реалізовувати дослідницькі уміння виключно за допомогою викладача; фрагментарним проявом дидактично-рухової, проєктувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної

субкомпетентностей; здатністю реалізовувати певні професійні функції фітнес-тренера тільки з орієнтацією на зразок та допомогу викладача, наявністю грубих технічних, методичних та організаційних помилок у навчальних та реальних ситуаціях; переважною нездатністю до емпатії; відсутністю організаторських, комунікативних і лідерських якостей; низьким рівнем конфліктостійкості.

Таким чином, нами обґрунтовано критерії, показники та рівні (високий, середній та низький) сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. З метою отримання об'єктивних даних постає необхідність у доборі адекватних, валідних та надійних методик дослідження.

3.3. Діагностичний інструментарій оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Діагностичний інструментарій включав методи дослідження для визначення рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів відповідно до компонентів та їх критеріїв.

Оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм здійснювалася з використанням двох методик: «Тесту-опитувальника для визначення рівня професійної спрямованості студентів» (за Т. Д. Дубовицькою) (додаток Д) [173, с. 82] та «Методики дослідження вольової саморегуляції» (за А. Зверковим і Є. Ейдманом) (Додаток Е) [199].

Тест-опитувальник для визначення рівня професійної спрямованості студентів складається з 20 суджень і запропонованих варіантів відповідей. Підрахунок показників опитувальника здійснюється відповідно до ключа, де «так» означає позитивні відповіді (правильно; мабуть, правильно), а «ні» – негативні (мабуть, неправильно; неправильно).

За кожен збіг з ключем нараховується один бал (табл. 3.2). Чим вище сумарний бал, тим вище рівень професійної спрямованості. Відповіді на питання 1 і 20 при обробці результатів не враховуються.

Таблиця 3.2

Ключ для підрахунку показників опитувальника

Відповідь	Номер судження
«Так»	2, 4, 7, 9, 10, 13, 14, 16, 18
«Ні»	3, 5, 6, 8, 12, 12, 15 17, 19

Отриманий в процесі обробки відповідей випробовуваного результат розшифровується таким чином:

18-14 балів – високий рівень професійної спрямованості;

13-5 балів – середній рівень професійної спрямованості;

4-0 бали – низький рівень професійної спрямованості.

Методика дослідження вольової саморегуляції налічує 30 тверджень, навпроти кожного з яких студенту необхідно було поставити знак «+» або знак «-». Метою обробки результатів є визначення величин індексів вольової саморегуляції за пунктами загальної шкали та індексів за субшкалами наполегливості і самоконтролю.

Кожен індекс – це сума балів, отримана при підрахунку збігу відповідей з ключем загальної шкали чи субшкали (табл. 3.3). В опитувальнику міститься 6 замаскованих тверджень. Тому загальний сумарний бал за загальною шкалою має бути в межах 0-24, за субшкалою наполегливості – 0-16 та за субшкалою самовладання – 0-13.

Таблиця 3.3

Ключ для підрахунку індексів вольової саморегуляції

Найменування шкали	Відповіді
Загальна шкала	1-, 2+, 3+, 4+, 5+, 6-, 7+, 9+, 10-, 11+, 13-, 14-, 16-, 17+, 18+, 20+, 21-, 22-, 24+, 25-, 27+, 28-, 29-, 30-
Наполегливість	1-, 2+, 5+, 6-, 9+, 10-, 11+, 13-, 16-, 17+, 18+, 20+, 22-, 24+, 25-, 27+
Самоконтроль	3+, 4+, 5+, 7+, 13-, 14-, 16-, 21-, 24+, 27+, 28-, 29-, 30-

Результати можна інтерпретувати таким чином:

24-20 балів – високий рівень вольової саморегуляції;

19-10 балів – середній рівень вольової саморегуляції;

9-0 балів – низький рівень вольової саморегуляції;

Оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смысловим критерієм передбачало застосування методики «Діагностика самоактуалізації особистості –

САМОАО (за А. В. Лазукіною, адаптованою Н. Ф. Каліною) (Додаток Ж) [524, с. 55].

Методика дозволяє оцінити особистісний потенціал (творчий та комунікативний), рівень особистісної зрілості, самоактуалізації.

Тест-опитувальник складається зі 100 пунктів, кожен пункт якого містить два висловлювання, позначені літерами «а» і «б». З двох варіантів тверджень необхідно обрати той, який краще узгоджується з власними уявленнями.

Кількість збігів відповідей з ключем № 1 визначає загальний рівень самоактуалізації особи у відсотках. Кількість збігів відповідей з ключем № 2 визначає рівень прояву показника за шкалами.

За кожен збіг із «ключем» отримуємо один бал. Береться до уваги лише той варіант твердження («А» або «Б»), що збігається з «ключем» відповідно до номера запитання тесту САМОАЛ.

Ключ № 1. Прагнення самоактуалізації виражається такими пунктами тесту: 1Б, 2Б, 51Б, 76А, 2А, 27А, 52А, 77Б, 3Б, 28А, 53А, 78Б, 4Б, 29Б, 54Б, 79Б, 5.Б, 30.А, 55.Б, 80.А, 6.Б, 31.Б, 56.Б, 81.Б, 7.А, 32.А, 57.Б, 82.Б, 8.Б, 33.Б, 58.А, 83.Б, 9.А, 34.Б, 59.А, 84.А, 10.А, 35.А, 60.Б, 85.А, 11.А, 36.Б, 61.А, 86.А, 12.Б, 37.Б, 62.Б, 87.Б, 13.А, 38.Б, 63.Б, 88.А, 14.Б, 39.А, 64.Б, 89.Б, 15.А, 40.Б, 65.Б, 90.А, 16.Б, 41.А, 66.Б, 91.А, 17.Б, 42.А, 67.Б, 92.А, 18.А, 43.Б, 68.Б, 93.А, 19.Б, 44.А, 69.А, 94.А, 20.Б, 45.А, 70.Б, 95.А, 21.А, 46.Б, 71.Б, 96.Б, 22.Б, 47.А, 72.А, 97.Б, 23.Б, 48.А, 73.А, 98.Б, 24.Б, 49.Б, 74.Б, 99.А, 25.А, 50.Б, 75.А, 100.Б.

Ключ № 2 для визначення оцінок показників за 11 субшкалами:

1. Орієнтація в часі: 1.Б, 11.А, 17.Б, 24.Б, 27.А, 36.Б, 54.Б, 63.Б, 73.А, 80.А.

2. Цінності: 2.А, 16.Б, 18.А, 25.А, 28.А, 37.Б, 45.А, 55.Б, 61.А, 64.Б, 72.А, 81.Б, 85.А, 96.Б, 98 Б.

3. Погляд на природу людини: 7.А, 15.А, 23.Б, 41.А, 50.Б, 59.А, 69.А, 76.А, 82.Б, 86.А.

4. Потреба в пізнанні: 8.Б, 24.Б, 29.Б, 33.Б, 42.А, 51.Б, 53.А, 54.Б, 60.Б, 70.Б.

5. Креативність (прагнення до творчості): 9.А, 13.А, 16.Б, 25.А, 28.А, 33.Б, 34.Б, 43.Б, 52.А, 55.Б, 61.А, 64.Б, 70.Б, 71.Б, 77.Б.

6. Автономність: 5.Б, 9.А, 10.А, 26.Б, 31.Б, 32.А, 37.Б, 44.А, 56.Б, 66.Б, 68.Б, 74.Б, 75.А, 87.Б, 92.А.

7. Спонтанність: 5.Б, 21.А, 31.Б, 38.Б, 39.А, 48.А, 57.Б, 67.Б, 74.Б, 83.Б, 89.Б, 91.А, 92.А, 94.А.

8. Саморозуміння: 4.Б, 13.А, 20.Б, 30.А, 31.Б, 38.Б, 47.А, 66.Б, 79.Б, 93.А.

9. Аутосимпатія: 6.Б, 14.Б, 21.А, 22.Б, 32.А, 40.Б, 49.Б, 58.А, 67.Б, 68.Б, 79.Б, 84.А, 89.Б, 95.А, 97.Б.

10. Контактність: 10.А, 29.Б, 35.А, 46.Б, 48.А, 53.А, 62.Б, 78.Б, 90.А, 92.А.

11. Гнучкість у спілкуванні: 3.Б, 10.А, 12.Б, 19.Б, 29.Б, 32.А, 46.Б, 48.А, 65.Б, 99.А.

Примітка: шкали № 1, 3, 4, 8, 10, 11 – містять 10 показників (пунктів), решта (№ 2, 5, 6, 7, 9) – 15.

Інтерпретація виборів. Для розрахунку результатів у відсотках (%), використовується наступна пропорція: максимальна кількість показників за відповідною шкалою становить 100%, а кількість балів реальної кількісної «оцінки збігів із ключем» показників за цією шкалою, яке отримали в процесі дослідження, становить «х» %. Для уніфікації оцінювання отриманий відсоток був ідентифікований у балах.

Отримані емпіричні дані кожного респондента (окремо) вносилися в протокол індивідуальних результатів дослідження «рівня прагнення до самоактуалізації».

Результати можна інтерпретувати таким чином:

100-70 балів – високий рівень самоактуалізації;

69-41 балів – середній рівень прагнення до самоактуалізації;

40-0 балів – низький рівень самоактуалізації.

Для визначення рівня сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за когнітивно-інтелектуальним критерієм ми застосовували розроблені нами «Тестові завдання для визначення рівня сформованості знань з професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів» (додаток 3) та «Діагностичну карту оцінювання дослідницьких здібностей» (додаток І).

Тестові завдання для визначення рівня сформованості знань з професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів склалися з 50 питань з дисциплін професійної та практичної підготовки. Кожне тестове завдання передбачало 4 варіанти відповідей, з яких лише один був правильним.

За сумою правильних відповідей на тестові завдання визначався такий рівень володіння майбутніми фітнес-тренерами знань з циклу дисциплін професійної та практичної підготовки:

50-45 балів – високий рівень;

44-38 балів – середній рівень;

37-0 балів – низький рівень.

Діагностична карта оцінювання дослідницьких здібностей налічувала 10 показників, які, на нашу думку, відповідають основним дослідницьким умінням фітнес-тренера. Оцінювання за кожним показником і в цілому здійснювалося шляхом складання балів, поставлених двома експертами (науковим керівником та викладачем, який викладає дисципліну «Основи наукових досліджень») та бала оцінювання студентом власного рівня здатності виконувати ту чи іншу дослідницьку операцію. Кожний показник необхідно було оцінити від 3 до 0 балів. Виставлені 3 бали відповідали високому рівню володіння певною дослідницькою операцією, 2 – середньому; 1 – низькому; 0 – показник відсутній.

За сумою балів визначався такий діапазон рівнів володіння дослідницькими здібностями:

30-27 балів – високий рівень;

26-23 балів – середній рівень;

22-0 балів – низький рівень.

Оцінювання сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за операційно-технологічним критерієм здійснювалося на основі розробленої нами «Діагностичної карти оцінювання сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів» (додаток К), яка передбачала оцінку сформованості шести субкомпетентностей (дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної, маркетингово-комерційної), що відображають основні професійні функції фітнес-тренера.

Оцінювання здійснювалося шляхом складання балів, поставлених двома експертами (викладачем та методистом практики за профілем майбутньої роботи), а також бала самооцінки студента. Кожний показник необхідно було оцінити від 3 до 0 балів. Виставлені 3 бали відповідали високому рівню прояву субкомпетентності, 2 – середньому; 1 – низькому; 0 – критерій не виставлений.

За сумою балів (середнього арифметичного значення) визначався такий діапазон рівня сформованості проаксеологічного компоненту професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за операційно-технологічним критерієм:

18-16 балів – високий рівень;

15-9 балів – середній рівень;

8-1 балів – низький рівень.

Оцінювання сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за соціально-психологічним критерієм передбачав діагностику рівня емпатії, комунікативних, організаторських та лідерських здібностей, а також визначення конфліктостійкості особистості.

Для визначення рівня емпатії ми застосовували методику «Діагностика рівня емпатійних здібностей» (за В. В. Бойко). Тест налічує 36 тверджень, на які необхідно зафіксувати в бланку відповідей напроти номера твердження «+» («так») у випадку згоди або «-» («ні») у випадку заперечення (додаток Л) [61, с. 11]. У цій методиці виокремлено такі шкали: «раціональний канал емпатії»; «емоційний канал емпатії»; «інтуїтивний канал емпатії»; «установки, що сприяють емпатії»; «проникаюча здатність в емпатії»; «ідентифікація в емпатії»; «загальний рівень емпатії».

Підсумовується кількість правильних відповідей відповідно до «ключа» тесту за кожною шкалою з наступним визначенням сумарної оцінки в балах:

– раціональний канал емпатії: +1, +7, -13, +19, +25, -31;

– емоційний канал емпатії: -2, +8, -14, +20, -26, +32;

– інтуїтивний канал емпатії: -3, +9, +15, +21, +27, -33;

– установки, що сприяють емпатії: +4, -10, -16, -22, -28, -34;

– проникаюча здатність в емпатії: +5, -11, -17, -23, -29, -35;

– ідентифікація в емпатії: +6, +12, +18, -24, +30, -36.

Аналізуються показники окремих шкал і загальна сумарна оцінка рівня емпатії. Оцінки на кожній шкалі можуть варіюватися від 0 до 6 балів і вказують на значущість конкретного параметру в структурі емпатії.

Оцінювання рівня загального рівня емпатії визначається за таким діапазоном:

36-30 балів – високий рівень;

29-22 балів – середній рівень;

21 і менше – низький рівень.

Діагностика комунікативних та організаторських здібностей (КОЗ-2) містила 40 питань, на які необхідно було відповісти «так» або «ні» (додаток М) [503, с. 184]. За кожну відповідь «так» або «ні» для тверджень, які збігаються з ключем, присвоювався 1 бал.

Оцінювання рівня сформованості як комунікативних, так і організаторських здібностей визначався за таким діапазоном:

20-13 балів – високий рівень;

12-9 балів – середній рівень;

8-1 балів – низький рівень.

Рівень комунікативних й організаторських здібностей визначався відповідно до ключа (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Ключ для обробки даних методики «Діагностика комунікативних та організаторських здібностей» (КОЗ-2)

Назва	«Так» (+)	«Ні» (-)
Комунікативні здібності	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39
Організаторські здібності	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40

Методика «Діагностика лідерських здібностей» (за Є. Жаріковим і Е. Крушельницьким) дозволяє оцінити здатність людини бути лідером (додаток Н) [250, с. 24]. У методиці пропонується 50 висловлювань, на які потрібно дати відповідь «так» чи «ні». Сума балів за відповіді підраховується за допомогою ключа до опитувальника.

Ключ до опитувальника: 1а, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7а, 8б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13б, 14б, 15а, 16б, 17а, 18б, 19б, 20а, 21а, 22а, 23а, 24а, 25б, 26а, 27б, 28а, 29б, 30б, 31а, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 37а, 38б, 39а, 40б, 41а, 42а, 43а, 44а, 45б, 46а, 47б, 48а, 49б, 50б.

За кожну відповідь, що збігається з ключем, респондент отримує один 1 бал, в іншому випадку – 0 балів.

Загальна сума балів відповідає певному рівню здатності бути лідером у такому діапазоні:

50-36 балів – високий рівень прояву якостей лідера;

35-25 балів – середній рівень прояву якостей лідера;

25 та менше балів – низький рівень прояву якостей лідера.

Методика «Визначення рівня конфліктостійкості» дозволяє виявити основні стратегії поведінки в потенційній зоні конфлікту – міжособистісних відносинах й опосередковано визначити рівень конфліктостійкості людини (додаток П) [503, с. 162]. У бланку тесту вказано 10 полярних думок. Респонденту необхідно визначити одну з двох крайніх думок властивих йому, а потім оцінити за п'ятибальною шкалою, наскільки виявляється кожна з обраних властивостей. Проміжна графа 3 означає рівнозначну наявність обох якостей. Крайні ж значення 4-5 і 1-2 характеризують або уникання від суперечок, або невимущену участь у вирішенні конфлікту.

Загальна сума балів відповідає певному рівню стійкості до конфліктів у такому діапазоні:

50-40 балів – високий рівень конфліктостійкості;

39-30 балів – середній рівень конфліктостійкості;

29-1 балів – низький рівень конфліктостійкості.

Загальний рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера в закладах вищої освіти розраховувався шляхом складання балів за всіма визначеними критеріями. Відповідно до одержаної суми балів визначався рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера в закладах вищої освіти: високий, середній, низький (табл. 3.5).

Таблиця 3.5

Шкала оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів (у балах)

Компонент професійної компетентності	Критерій сформованості професійної компетентності	Рівень		
		Високий, бали	Середній, бали	Низький, бали
Мотиваційний	Мотиваційно-вольовий	42-34	32-15	13 і менше
Аксіологічний	Ціннісно-смысловий	100-70	69-41	40 і менше
Гносеологічний	Когнітивно-інтелектуальний	80-72	70-61	59 і менше
Праксеологічний	Операційно-технологічний	18-16	15-9	8 і менше
Професійно-особистісний	Соціально-психологічний	156-119	115-86	83 і менше

Для моніторингу рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів нами зі співавторами було розроблено комп'ютерну програму «ВСТ : педагогічна діагностика рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів», яка є автоматизованим варіантом репрезентованого вище діагностичного інструментарію.

Проведення тестування здійснюється на комп'ютері з операційною системою Windows. Програма розрахована для тестування груп студентів до 130 осіб. Для запуску програми на комп'ютері слід активізувати файл «methods.exe» з флеш-носія, чи жорсткого диска. Програма складається з декількох етапів опитування.

У відкритому вікні програми вводиться прізвище, ім'я та по-батькові студента, група, етап тестування («Початок експерименту» чи «Кінець експерименту») та натискається кнопка «Далі» (рис. 3.3).

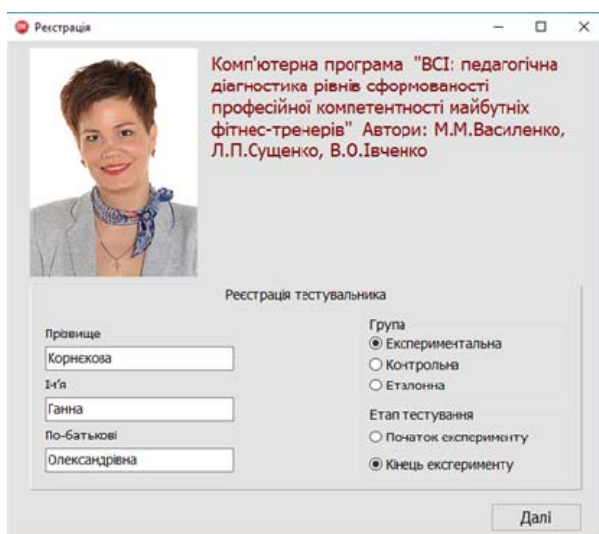


Рис. 3.3. Головне вікно програми

Якщо студент неправильно вказав особисті дані або групу, то програма після перевірки виведе вікно з надписом «Не знайдений у списку групи» (рис. 3.4).

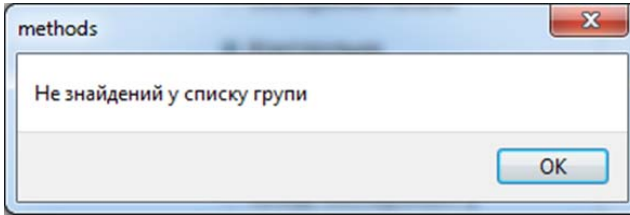


Рис. 3.4. Контроль за введенням даних

Якщо дані введені правильно, то програма переходить до іншого етапу – «Вибір тесту», в якому студент може вибрати для проходження один із десяти запропонованих тестів в будь-якій послідовності (рис. 3.5).

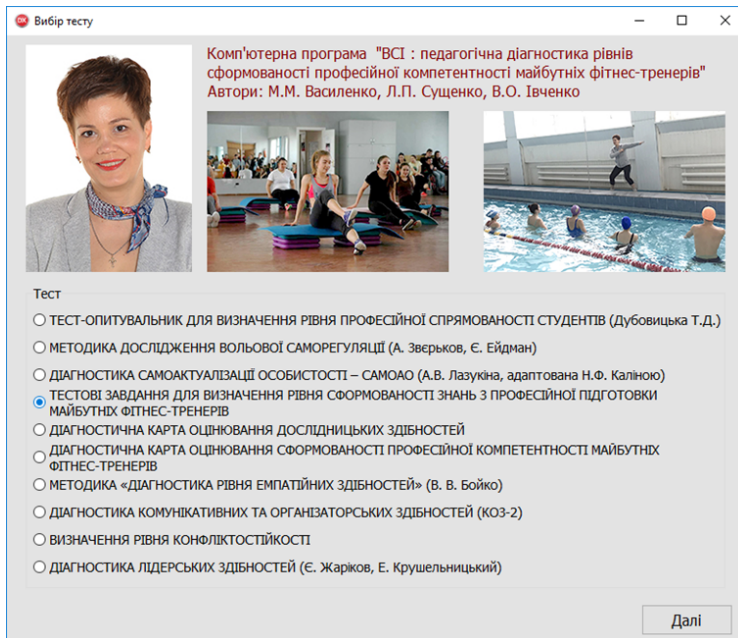


Рис. 3.5. Вікно вибору тесту

Після вибору тесту і натискання клавіші «Далі» програма переходить до наступного кроку – безпосереднього тестування (рис. 3.6).

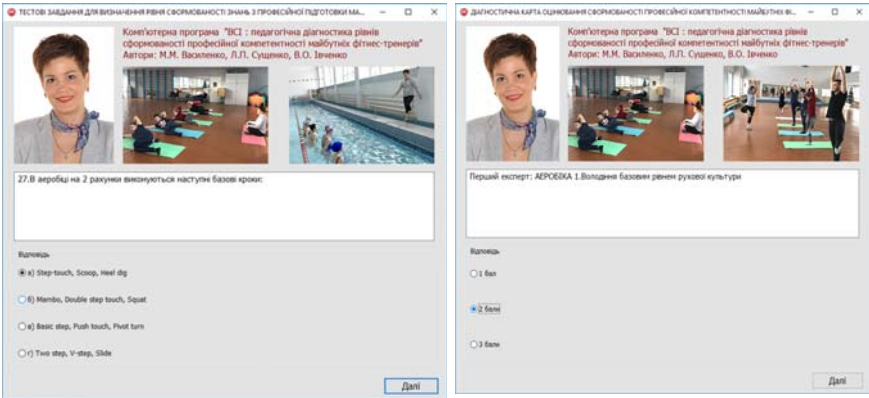


Рис.3.6. Вікно тестування «Тестові завдання»

У верхнє поле вікна виводиться чергове питання. У полі «Відповідь» відображаються можливі варіанти відповіді на нього. Студенту потрібно обирати відповідь, яка на його думку є правильною і натиснути кнопку «Далі».

На рис. 3.7 показано фрагмент вікна, де виставляється оцінка експерта за методикою «Діагностична карта оцінювання сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів».

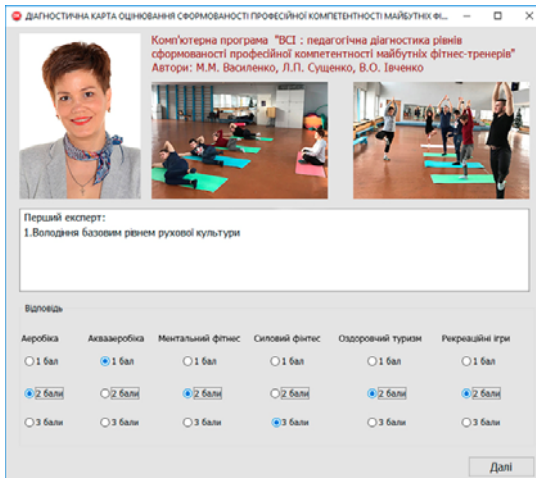


Рис. 3.7. Вікно експертного оцінювання

Після відповіді на останнє запитання програма заносить усі відповіді студента (а також, оцінки викладача) у файл, підраховує кількість набраних студентом балів і відповідний рівень знань (рис. 3.8).

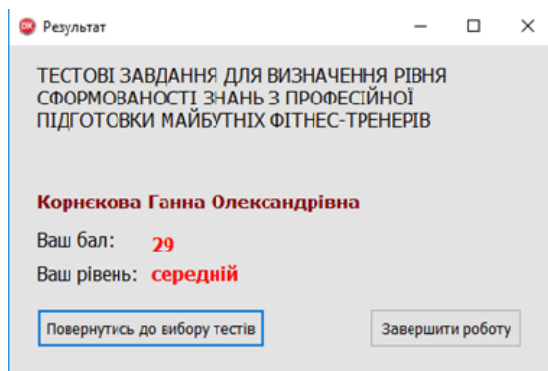


Рис. 3.8. Вікно демонстрації результату проходження тесту

Якщо студент бажає виконати інший тест, йому потрібно натиснути кнопку «Повернутись до вибору тестів» після чого на екрані з'явиться вікно «Вибір тесту» (рис 3.5). Для закінчення роботи з програмою, студент натискає кнопку «Завершити роботу». Слід зауважити, що у студента залишається можливість виконати решту тестів іншого разу. Для цього йому потрібно знову запустити програму, зареєструватися в системі і виконати потрібний тест.

Програмою передбачена можливість перервати тестування на будь-якому етапі, для чого потрібно натиснути на кнопку закриття вікна (червоний хрестик у правому верхньому куті вікна). При цьому буде виведене вікно попередження (рис. 3.9).

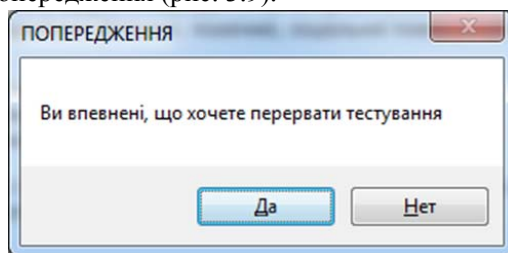


Рис. 3.9. Вікно попередження переривання тестування

Після закінчення роботи з програмою всі відповіді студента по кожному із тестів зберігаються у відповідному .xlsx файлі. В будь-який час викладач може переглянути результати тестування вибраної групи студентів (рис. 3.10).

№	ПІБ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	Сумість	Рівень		
18	16	Гулько Микола Валерійович	в	а	а	а	а	б	а	в	в	в	б	б	в	в	г	г	а	б	в	а	а	а	а	б	в	а	а	а	а	а	б	29	середній	
19	17	Данилюк Василь Іванович	а	а	б	б	а	а	а	а	а	а	а	а	б	а	в	в	а	а	б	в	в	б	в	а	а	г	б	г	в	б	б	в	31	середній
20	18	Ділова Тетяна Тамарівна	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	10	низький	
21	19	Дімед Петро Васильович	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	а	б	б	б	а	б	б	б	б	б	б	г	а	в	в	б	б	в	29	середній
22	20	Дмитерко Орест Михайлович	в	а	б	а	а	б	а	а	в	в	а	б	в	б	а	а	г	а	а	в	б	б	б	б	а	б	г	г	в	а	б	а	30	середній
23	21	Драмарецька Катерина Сергіївна	в	а	а	а	б	а	а	б	а	а	б	а	а	б	б	а	а	г	а	а	а	б	б	б	г	б	г	в	б	б	б	в	29	середній
24	22	Дутчак Анастасія Іванівна	а	в	б	б	а	б	в	б	в	в	б	б	а	в	г	а	б	в	б	в	а	в	б	б	б	в	б	в	б	б	в	в	30	середній
25	23	Жулик Андрій Іванович	в	а	а	а	б	в	б	в	в	б	б	в	в	г	г	а	б	б	а	а	б	а	в	б	а	б	в	а	б	в	а	30	середній	
26	24	Кальницький Іван Андрійович	в	а	б	а	б	в	б	в	в	б	в	в	г	г	б	б	в	а	а	б	в	а	в	б	а	б	а	б	в	а	31	середній		
27	25	Комков Володимир Миколайович	в	а	б	а	б	в	б	в	в	б	б	в	в	г	г	а	а	а	б	б	б	а	б	в	б	в	а	а	б	в	а	29	середній	
28	26	Конович Олександра Сергіївна	в	а	б	а	б	а	а	а	а	б	в	б	в	б	а	г	а	б	в	а	а	а	а	б	г	а	г	в	б	б	в	31	середній	
29	27	Коноваленко Олександр Владиславович	а	а	а	а	а	в	б	а	а	а	б	б	б	в	а	а	б	в	а	а	б	б	б	а	б	г	б	г	в	б	в	в	29	середній
30	28	Корнієв Ганна Олександрівна	в	а	б	в	а	в	б	в	а	а	б	а	а	в	г	г	а	а	в	б	а	б	а	б	а	б	в	б	в	а	б	в	29	середній
31	29	Коропецький Дмитро Васильович	в	а	а	а	б	а	б	в	в	а	а	а	б	г	а	а	б	в	б	б	б	б	б	г	б	г	в	б	б	в	а	31	середній	
32	30	Круг Роман Миколайович	а	а	б	г	в	а	в	б	в	б	б	в	в	г	г	а	а	а	б	а	б	г	б	г	в	б	б	в	а	б	в	43	високій	
33	31	Кубишин Ганна Володимирівна	в	а	б	а	б	в	а	в	в	б	б	в	в	г	а	а	а	а	б	б	б	а	б	г	б	г	в	б	б	в	а	30	середній	

Рис. 3.10. Вікно звітності за результатами тестування

Таким чином, нами охарактеризовано діагностичний інструментарій оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів. Вказано на розподіл балів відповідно до визначених критеріїв (мотиваційно-вольового, ціннісно-сміслового, когнітивно-інтелектуального, операційно-технологічного, соціально-психологічного) оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів.

Висновки до третього розділу

У розділі обґрунтована структура та методика оцінювання професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти.

Професійна компетентність фітнес-тренера розглядається як інтегративне особистісне новоутворення майбутнього фахівця, яке потенційно забезпечує виконання його професійних обов'язків та є результатом фахової підготовки.

Визначено такі структурні компоненти професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів: мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, праксеологічний та особистісний компоненти. Зазначено, що кожний компонент у сукупності характеризує певну властивість, здатність особистості, що опосередковано чи безпосередньо є фундаментом для успішної реалізації професійних функцій фітнес-тренерів.

Мотиваційний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, характеризується наявністю професійної спрямованості особистості, яка впливає на вибір професії, професійне самовизначення та самоідентифікацію, стимулює пізнавальний інтерес студентів під час навчання, професійну активність після його закінчення та виявляється в інтеграції мотиваційних утворень та вольових якостей особистості фахівця.

Аксіологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, віддзеркалює емоційно-ціннісний вектор розвитку особистості, визначає міру здатності до самовизначення, цілепокладання, досягнення професійного «акме» та актуалізації власних потенціалів, як засобів реалізації сенсу життя.

Гносеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, характеризується комплексом соціально-гуманітарних, фундаментальних і професійних знань та сформованих академічних здібностей, зокрема дослідницьких, які в сукупності забезпечують певний рівень пізнавальної (когнітивної) активності, розумової працездатності, здатність до сприйняття інформації, її аналізу та узагальнення, здатність до логічних суджень, постановки мети та вибору шляхів її досягнення.

Праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, відображає міру здатності майбутніх фітнес-тренерів до здійснення ефективної професійної діяльності та складає необхідний обсяг професійних умінь та навичок з надання фітнес- і рекреаційних послуг

різними групами населення. До змісту праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів віднесено комплекс субкомпетентностей, які відображають певні групи професійних функцій фахівців: дидактично-рухову, проектувально-конструкторську, контрольну-аналітичну, організаційно-регулятивну, мотиваційно-комунікативну та маркетингово-комерційну субкомпетентності. Акцентовано, що маркетингово-комерційна субкомпетентність є специфічною для діяльності фітнес-тренера, яка спрямована на отримання не тільки власне педагогічних результатів (оздоровчих, виховних, навчальних, розвивальних), але й таких, що мають ознаки потенційної комерційності та конкурентоздатності.

Особистісний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, передбачає наявність комплексу професійно-значущих особистісних якостей майбутніх фітнес-тренерів, які в психології об'єднуються поняттям «риси характеру». До професійно важливих якостей майбутніх фітнес-тренерів, які є базовими для розвитку інших професійно-значущих якостей, нами виділено здатність до емпатії, комунікативні та організаторські здібності, лідерські якості та конфліктостійкість.

З метою обґрунтування діагностичного інструментарію оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, відповідно до її структурних компонентів, було виокремлено й конкретизовано критерії, їх показники та рівні (високий, середній, низький).

Критерієм мотиваційного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, слугував мотиваційно-вольовий критерій, показниками якого були прагнення до оволодіння професійними знаннями та навичками, бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію, здатність до самоконтролю поведінки. Критерієм аксіологічного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, слугував ціннісно-смысловий критерій, показниками якого були прагнення особистості до самоактуалізації (цінності зрілої особистості, потреба в пізнанні,

креативність, принципіальність, самооцінка, контактність). Критерієм гносеологічного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, був когнітивно-інтелектуальний критерій, а показниками – наявність системи знань із циклу дисциплін професійної підготовки та здатність до реалізації дослідницьких умінь. Праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, оцінювався за операційно-технологічним критерієм, показниками якого були наявність дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольної-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної субкомпетентностей; здатність до реалізації професійних функцій фітнес-тренера. Особистісний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, оцінювався за соціально-психологічним критерієм, показниками якого були сформованість емпатійних, комунікативних, організаторських, лідерських здібностей та конфліктостійкості.

Оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм передбачає застосування «Тесту-опитувальника для визначення рівня професійної спрямованості студентів» (за Т. Д. Дубовицькою) та «Методики дослідження вольової саморегуляції» (за А. Зверковим й Є. Ейдманом); за ціннісно-смісловим критерієм – методики «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО (за А. В. Лазукіною, адаптованою Н. Ф. Каліною); за когнітивно-інтелектуальним критерієм – «Тестових завдань для визначення рівня сформованості знань з професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів» та «Діагностичної карти оцінювання дослідницьких здібностей»; за операційно-діяльнісним критерієм – «Діагностичну карту оцінювання сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів»; за соціально-психологічним критерієм – методику «Діагностика рівня емпатійних здібностей» (за В. В. Бойко); методику «Діагностика комунікативних та організаторських здібностей» (КОЗ-2); методику «Діагностика лідерських здібностей» (за Є. Жаріковим,

Е. Крушельницьким) та методику «Визначення рівня конфліктостійкості».

Охарактеризовано рівні (низький, середній, високий) сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера в закладах вищої освіти.

Високий рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера в закладах вищої освіти характеризується яскраво вираженим прагненням до оволодіння професійними знаннями та навичками; сильним бажанням працювати за фахом «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію; стійким проявом здатності до самоконтролю поведінки; високою ініціативністю та наполегливістю в досягненні поставлених завдань; чітко вираженим прагненням особистості до самоактуалізації, сформованістю цінностей зрілої особистості: високою потребою в пізнанні, високим рівнем креативності, яскраво вираженою принциповістю, адекватністю самооцінки та високим рівнем контактності; наявністю глибоких, міцних і системних знань з циклу дисциплін професійної підготовки; яскраво виражену здатність до реалізації повного обсягу дослідницьких умінь; яскраво вираженими дидактично-руховою, проектувально-конструкторською, контрольно-аналітичною, організаційно-регулятивною, мотиваційно-комунікативною та маркетингово-комерційною субкомпетентностями та здатністю самостійно реалізовувати повний обсяг професійних функцій фітнес-тренера з елементами креативності, відсутністю технічних, методичних та організаційних помилок та ефективними діями в навчальних та реальних ситуаціях; стійким проявом емпатійних здібностей; стабільністю прояву організаторських та комунікативних якостей; яскравим проявом лідерських якостей; демонстрацією толерантності під час конфлікту, значним проявом конфліктостійкості.

Розроблено комп'ютерну програму «ВСІ : педагогічна діагностика рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів.

РОЗДІЛ 4

СИСТЕМА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

4.1. Методологічні підходи до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Загальновідомо, що будь-яке дослідження починається з обґрунтування його методології за допомогою застосування методологічних підходів. На думку Є. В. Яковлева, методологічні підходи визначають комплекс стратегічних напрямів дослідження, що забезпечує вирішення низки проблем, серед яких: а) упорядкування термінологічного простору науки; б) визначення нових особливостей і властивостей досліджуваного об'єкта; в) виявлення закономірностей та принципів його розвитку; г) виявлення недосліджених сторін розглянутої проблеми; д) визначення перспектив розвитку досліджуваного напрямку та науки в цілому [541, с. 41].

Г. В. Муравйов вказує, що підхід тлумачиться «як сукупність (система) принципів, які визначають загальну мету та стратегію відповідної діяльності»; як «принципова методологічна орієнтація дослідження; як точка зору, з якої розглядається об'єкт вивчення; як поняття або принцип, якому підпорядкована загальна стратегія дослідження» [338, с. 191-192].

Обґрунтування методології нашого дослідження передбачає дотримання класифікації рівнів методології, які були виділені І. В. Блаубергом і Е. Г. Юдіним: філософська, загальнонаукова, конкретно-наукова та технологічна методологія [57, с. 68-69].

Нами на філософському рівні методології виділяється діалектичний та екзистенціальний підходи; на загальнонауковому – системний та соціокультурний, на конкретно-науковому – акмеологічний, компетентнісний, професіографічний, особистісний та діяльнісний; на технологічному – методику та техніку дослідження (рис. 4.1).



Рис. 4.1. Методологічні підходи до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Розглянемо можливості реалізації діалектичного підходу в нашому дослідженні. Як вважають А. Я. Баскаков і Н. В. Туленков, діалектика є найбільш повним вченням про розвиток як безкінечний, поступовий, суперечливий процес, у якому домінує сходження від нижчого до вищого, від простого до складного, від старого до нового, що виражається у відповідних законах та принципах [42, с. 31]. Так, принцип історизму та закон «заперечення заперечення» реалізуються в проектуванні системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з позицій аналізу історичних етапів та основних тенденцій її становлення та циклічного розвитку.

Крім того, урахування принципів загального зв'язку і взаємозалежності, усебічності розгляду предметів і явищ дійсності дозволяє нам розглядати професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів як єдине ціле, певну систему, елементи якої нерозривно пов'язані між собою, причому кожний елемент системи вимагає комплексного вивчення; зобов'язує виявляти причинно-наслідкові зв'язки педагогічних фактів і явищ.

Діалектичний закон єдності і боротьби протилежностей обумовлює необхідність виявлення, усвідомлення й подолання зовнішніх і внутрішніх суперечностей, які виявляються у процесі навчання і виховання (суперечності між ресурсами особистості та вимогами, які перед нею ставляться); у здійсненні професійної діяльності фітнес-тренера

(суперечності між педагогічною та ринковою аспектами діяльності фітнес-тренера); у комерціалізації поняття «освітня послуга» та несумісністю товарних відносин у навчально-виховному процесі підготовки майбутніх фахівців у вищій школі. Названі суперечності, на нашу думку, повинні бути враховані при розробці змісту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Філософське положення про діалектичну єдність змісту й форми зумовлює необхідність постійного коригування й узгодження між собою змісту, форм, методів, засобів навчання й виховання тощо.

Інший підхід філософського рівня, на який ми спираємося, – екзистенціальний, автором якого є В. Франкл [509]. Відповідно до цього підходу, важливим фактором реалізації професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти є створення умов для формування у студентів власної системи сенсів і мотивів, усвідомлення важливості морального вибору й відповідальності за нього, унаслідок чого в студента виникає потреба в самоаналізі, формується здатність зайняти незалежну позицію по відношенню до обставин, формується пріоритет цінностей творчості й основного засобу їх реалізації – праці. Праця розуміється не як заняття людини, а як осмислений і творчо опрацьований внесок у життя суспільства.

Пріоритетами професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, на нашу думку, є такі: 1) формування системного мислення студента завдяки впровадженню нових видів когнітивної методології, фундаменталізація знань за умов їх проблемної, еволюційно-циклічної організації та міжпредметної інтеграції, що в результаті буде сприяти випереджувальному розвитку особистості майбутнього фахівця; 2) відтворення виховної функції закладу вищої освіти на основі духовно-моральних, загальнокультурних і національних цінностей із функціонуванням інститутів кураторства, наставництва, студентського самоврядування, волонтерського руху, служби соціально-психологічної допомоги; створення командоутворювального професійного середовища тощо.

На наступному, загальнонауковому рівні методології ми дотримуємося системного та соціокультурного підходів до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Системний підхід, як вказує М. С. Каган, відображає загальний

зв'язок і взаємообумовленість явищ і процесів навколишньої дійсності [231, с. 19]. Це дозволяє розглядати професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як відкриту педагогічну систему, яка передбачає сукупність взаємопов'язаних компонентів: системоутворювальних факторів, мети, принципів, умов і суб'єктів педагогічного процесу, змісту освіти, форм і методів педагогічного процесу, засобів навчання й виховання, критеріїв ефективності навчального процесу тощо.

Ми вважаємо, що при проектуванні педагогічних систем варто дотримуватися позицій П. К. Анохіна щодо атрибутів системи, які його характеризують. До них дослідник відносить: наявність системоутворювального, системорегулюючого і системонаповнюючого чинників; доцільність системи; наявність інтеграційних якостей; наявність певної структури (будови); функції системи та її компонентів, які обумовлюють спрямованість системи на досягнення певного результату; наявність прямих і зворотних зв'язків; стійкість системи до зовнішніх впливів, збереження її [24, с. 72].

На базі системного підходу генеральною методологією нашого дослідження виступає соціокультурний підхід. На думку А. С. Ахієзера, в основі соціокультурного підходу є розуміння того, що провідною детермінантною перетворень у різних сферах суспільства є феномен єдності культури (як сукупності цінностей, норм) та соціальності, які утворюються та перетворюються в процесі діяльності людини [31, с. 122-132]. З позицій соціокультурної парадигми вважаємо, що при розробці змісту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти необхідно враховувати особливості соціокультурної ситуації в суспільстві. До них, на нашу думку, належать такі фактори:

1) трансформація поглядів на характер споживання «продукту» сфери фітнес-послуг (оздоровчої послуги), пов'язані з переорієнтацією суспільства на закони ринку; клієнт вимагає якості надання фітнес-послуг, задоволення, хорошого настрою за певну оплату. Це зумовлює необхідність кардинальної трансформації системи вищої фізкультурної освіти;

2) глобалістичні тенденції сучасності, які відображаються в асиміляції норм і цінностей представників народів і національностей світу, сприяють стрімкому розвитку ринку фітнес-послуг, появи нових

напрямків фітнесу, фітнес-технологій, удосконалення обладнання тощо. Це вимагає постійного моніторингу змін і прогнозування шляхів розвитку як галузі, так і системи професійної підготовки кадрів. У зв'язку з цим, на нашу думку, зміст і результат професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів повинен мати випереджальний характер та відповідати єдиній освітній світовій системі;

3) зростання конкуренції на ринку фітнес-послуг вимагають високого рівня професійної готовності фахівця вже безпосередньо після закінчення начального закладу, без надання терміну додаткового навчання. Це ставить нові завдання перед системою освіти – розвиток особистісних властивостей і здібностей, що забезпечують професійну конкурентоспроможність;

4) втрата духовних орієнтирів, відсутність загальної системи моральних цінностей, явища екзистенціального вакууму серед молоді потребує перегляду змістового наповнення виховного процесу в закладах вищої освіти;

5) наявність феномену типології поколінь, кожна з яких представлена системою ціннісно-сміслових складових, соціально-психологічних характеристик, способу життя та методів сприйняття інформації, вимагає адаптації педагогічних технологій вищої школи до представників кожного з поколінь.

За дослідженнями В. І. Пищика [373, с. 18-23] та Е. А. Тюгашева [495, с. 8- 25], основними представниками студентства є покоління Х (1963– 1982 р.н.) та покоління Y (так звані покоління «Мережі», «Мілленіум», «Next») (1983-2003 р.н.). Основними ціннісними характеристиками покоління Х, на думку вчених, є готовність до змін, можливість вибору, глобальна інформованість, технічна грамотність, індивідуалізм, самостійність, прагнення до навчання протягом усього життя, неформальність поглядів, пошук емоцій, прагматизм, опора на себе, тощо.

Систему цінностей групи Y складають такі поняття, як громадянський обов'язок і мораль, відповідальність, наївність та уміння підкорятися обставинам. Представникам цієї групи властиві оптимізм, самовпевненість, контактність, зокрема у соцмережах, підвищена егоцентричність, поверхневість суджень, очікування винагороди за свої дії, калейдоскопічність мислення, орієнтація на гедонізм, моду та бренд,

вільне володіння комп'ютерними технологіями, орієнтованість на практику, а не теорію. Таким чином, зрозуміло, що опора на ціннісні орієнтири того чи іншого покоління є визначальною при проектування змісту, форм і методів реалізації навчально-виховного процесу майбутніх фітнес-тренерів.

На конкретно-науковому рівні наше дослідження ми розглядаємо з позицій акмеологічного, компетентісного, професіографічного та особистісного підходів. Розглянемо суть вказаних підходів.

Акмеологічний підхід – методологія, яка розглядає професійно-педагогічну підготовку в двох аспектах: з одного боку як процес досягнення особистістю певного рівня професійного розвитку, з іншого – як певний етап у процесі досягнення людиною вищого рівня досконалості (акме). Даний підхід у педагогічній освіті досліджували О. С. Анісімов [22], А. А. Деркач [158], Н. В. Кузьміна [284], М. І. Станкін [465] та інші.

З позицій цього підходу, завданнями професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів, на нашу думку, є формування в студентів акмеологічної спрямованості особистості як якісної характеристики загальної спрямованості особистості, що орієнтує людину на прогресивний розвиток (у тому числі, професійний), на максимальну професійну та особистісну самореалізацію. Вирішення цієї задачі, на нашу думку, буде сприяти посиленню навчальної та професійної мотивації, успішній адаптації до професійної діяльності після закінчення закладу вищої освіти, виявленню та ефективному використанню особистісних ресурсів для побудови успішної кар'єри та формуванню в майбутньому професійної майстерності, зокрема індивідуального (авторського) вміння. Усе вищевказане набуває особливого значення в умовах зростаючої конкуренції на ринку праці фітнес-послуг.

До структури акмеологічної спрямованості особистості С. Н. Бегідова та С. А. Хазова відносять такі компоненти, як: ціннісні орієнтації, мотиви, здібності й уміння цілепокладання, прагнення до успіху (обумовлене мотивацією досягнень, прагненням до саморозвитку, готовністю до творчої взаємодії, рефлексією) [46, с. 26-31]. Ми вважаємо, що для формування таких новоутворень особистості майбутніх фітнес-тренерів у процесі професійної підготовки необхідно активно застосовувати теоретичні та практичні доробки педагогічної психології, психології розвитку (акмеології), когнітивної психології, психології

творчості, психології мотивації тощо. Це, у свою чергу, потребує відповідного підвищення кваліфікації викладачів вищої школи.

З позиції компетентнісного підходу, який розглядали В. Байденко [38], В. І. Луговий [309], В. А. Болотов [64], Л. Л. Хоружа [514] та ін., професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти повинна бути зорієнтована на результат, тобто поступове формування в студента професійних компетентностей як динамічного та інтегративного поєднання знань, умінь, навичок і здатностей особистості, що забезпечують їх ефективне застосування в самостійній професійній діяльності.

У «Методичних рекомендаціях до розроблення освітніх програм» за редакцією В. Г. Кременя вказано, що компетентнісний підхід представлений сукупністю обов'язкових компетентностей відповідно до стандарту вищої освіти та додаткових компетентностей, що визначають унікальність / відмінність освітньої програми (предметно-спеціальних та загальних компетентностей); принципами освітньої діяльності. До цих принципів науковці відносять особистісний принцип, принцип зворотного зв'язку, ампліфікації; «студентоцентрованого» орієнтування освітнього процесу у вищій школі; формулювання конкретних результатів навчання як за окремими навчальними компонентами, так і програмами в цілому [339, с. 18-26].

Як вважає Г. Селевко [428, с. 138–143] та В. Химинець [513], компетентнісний підхід означає переорієнтацію провідної освітньої парадигми з переважаючою трансляцією знань і формуванням навичок на створення умов для оволодіння комплексом компетенцій, які означають потенціал, здатність випускника до виживання і стійкої життєдіяльності в умовах сучасного багатофакторного соціально-політичного, ринково-економічного, інформаційно-комунікаційно насиченого простору. До переваг підходу дослідники відносять його інтеграційний потенціал між освітою й навчанням відповідно до потреб ринку праці та гнучкість.

За наявних переваг компетентнісного підходу, ряд авторів звертають увагу і на недоліки, які, на нашу думку, необхідно врахувати при обґрунтуванні системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів. Так, В. С. Сенашенко зі співавторами наголошує на небезпечності прагматичного принципу при виборі дисциплін, що може призвести до

дефрагментації єдиного кола знань, низького рівня знань з фундаментальних наук, які формують світогляд людини [435, с. 37-45].

З цією думкою згодний О. Субетто, який наголошує, що «результатоцентрична парадигма» суперечить «процесоцентричній парадигмі» концепції міжнародних стандартів, що регулюють питання забезпечення якості та управління якістю як у сфері виробництва продукції, так і в сфері виробництва послуг. Учений вважає, що компетентнісний формат формується мовою двох класів компетенцій – загальних і спеціальних (фахових) компетенцій, що звужує зміст категорії загальних компетенцій і підпорядковує його тільки завданням успішного виконання видів і завдань професійної діяльності [474, с. 173]. При цьому в зміст компетенції не закладаються довгострокові цілі в освіті, орієнтовані на формування світогляду, ціннісних пріоритетів й орієнтацій; у цілому – якість людини, що реалізується нею протягом усього її життя та виховання як домінуючий процес у становленні якості людини в освітньому процесі. За умов компетентнісного підходу, виховання у вищій школі постає як умова розвитку соціально-особистісних компетенцій випускників, а не як місія закладу вищої освіти щодо підвищення якості людини.

З метою всебічного огляду досліджуваної проблеми ми розглядаємо професіографічний підхід, який передбачає з'ясування професіографічних складників діяльності фітнес-тренера як основи для початкового етапу проектування змісту професійної підготовки майбутнього фітнес-тренера. Науковці (С. С.Вітвицька [115], О. А. Дубасенюк [172], В. М. Максимова [317] та ін.) досліджували переваги професіографічного підходу.

За результатами методу професіографії, на думку К. С. Балаєвої, складається професіограма, тобто результат усебічного опису професії, що дає уявлення про те, що і як має виконуватися фахівцем, за допомогою яких ресурсів, здібностей та властивостей особистості [39].

На нашу думку, визначення певних характеристик професіограми фітнес-тренера та складання відповідних кваліфікаційних характеристик є визначальним для розробки цілей, змісту, технологій професійної підготовки студентів. Разом з тим, ми вважаємо, що визначення професійно важливих якостей і властивостей особистості носія професії «фітнес-тренер» сприятимуть корекції окремих складових професійної придатності студента (спрямованість особистості, інтелектуальна та

фізична придатність, індивідуально-психологічні особливості особистості) шляхом цілеспрямованого педагогічного впливу, а також формуванню професійного розвитку особистості майбутнього фахівця.

Застосування особистісного підходу дозволяє розглядати особистість студента як центральний об'єкт навчального процесу в закладах вищої освіти, вимагає визнання унікальності особистості, її інтелектуальної й моральної свободи, права на повагу; передбачає створення в навчанні й вихованні відповідних умов для природного процесу саморозвитку задатків і творчого потенціалу особистості майбутніх фітнес-тренерів. Особистісний підхід до професійної підготовки майбутніх фахівців досліджували І. Д. Бех [54], В. А. Семиченко [433], О. П. Сердюк [438], О. А. Сергійчук [437], А. В. Хуторський [518], І. С. Якіманська [539] та інші.

В. А. Семиченко вказує, що особистісний підхід в професійній підготовці вимагає орієнтації всіх вузівських подій на життєве самовизначення студентів, наданні їм у цьому реальних можливостей і допомоги. При цьому будь-які вчинки або дії (навіть ті, що деструктують процес навчання, створюють певні незручності для оточуючих) визнаються як такі, що вимагають поваги [432, с.121].

Реалізація особистісного підходу в нашому дослідженні передбачає розробку системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів з урахуванням їхніх базових потреб, очікувань, рівня професійної та навчальної мотивації та індивідуально-типологічних особливостей. Це, на нашу думку, потребує застосування диференційованого відбору форм, методів і засобів організації навчально-виховного процесу; розробки гнучких навчальних траєкторій; заохочення відчуття автономності в студентів із забезпеченням відповідного супроводу та підтримки з боку викладача; розробки належних процедур для розгляду скарг і побажань студентів; перетворення позиції педагога і позиції студента на особистісно-рівноправні.

З точки зору діяльнісного підходу, провідною цінністю системи професійної підготовки майбутніх фахівців є зміст та функції діяльності, яка засвоюється. З цієї позиції, як вважає В. А. Семиченко, особистість є фактором вторинним, оскільки на перший план висуваються нормативні вимоги, завдання, з якими людина повинна узгоджувати свої бажання; система якостей, якими повинен оволодіти майбутній спеціаліст,

незважаючи на його власні особливості, певні труднощі й незручності. За таких умов індивідуальність людини, її власні інтереси й здібності стають засобом підвищення ефективності діяльності [432, с. 125-126]. Діяльнісний підхід у педагогічній освіті започаткували Л. Божович [63], К. М. Дурай-Новакова [174], Д. Ельконін [536], В. О. Кан-Калик [237], Н. В. Кузьміна [286], О. М. Леонтьєв [298], В. А. Сластьонін [448] та інші видатні вчені. Реалізацію діяльнісного підходу в проектуванні професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти ми розглядаємо через розробку організаційних заходів, спрямованих на моделювання структури навчально-професійної діяльності студента з урахуванням конкретних виробничих функцій фітнес-тренера, на активізацію й переведення його в позицію суб'єкта пізнання, праці та спілкування, спонукання до формування умінь стратегічного та оперативного планування навчальної діяльності, вольового спонукання до виконання навчальних завдань та відповідного оцінювання власних досягнень. Основою діяльнісного підходу виступає реалізація теорії діяльності, яка передбачає наявність в системі таких компонентів: мотив, мета, зміст, засоби, результат і корекція. Зазначені компоненти наповнюються конкретним змістом на основі врахування взаємодії, взаємообумовленості діяльності студента і викладача, спрямованої на рішення навчально-професійних завдань.

Технологічний рівень методології нашого дослідження передбачає розробку програми дослідження та вибір методів дослідження. Програма дослідження реалізовувалася на двох рівнях: методологічному та практичному.

Методологічний рівень – це обґрунтування актуальності теми, формулювання проблеми, визначення об'єкта й предмета, цілей і завдань дослідження, формулювання основних понять (категоріального апарату), попередній системний аналіз проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти й висунення робочої гіпотези.

Практичний рівень передбачав розробку концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, обґрунтування відповідної системної моделі та визначення критеріїв ефективності системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Методи дослідження визначалися метою та завданнями. Для цього використовувалися теоретичні методи: аналіз, узагальнення, конкретизація, класифікація, компаративний метод, історико-ретроспективний метод, емпіричні методи: анкетування, тестування, опитування, педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

Отже, нами визначено та розкрито сутність методологічних підходів до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, які взаємодоповнюють та взаємореґулюють один одного та забезпечують можливість усебічного пізнання досліджуваного феномену.

4.2. Концепція професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Передумовами обґрунтування концепції були аналіз стану розробленості проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах реформування вищої освіти, вивчення досвіду професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти зарубіжних країн та України, обґрунтування структурних компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти.

Проведений аналіз дозволив виявити суперечності між вимогами ринку праці до професійної підготовки фітнес-тренерів та рівнем їхньої професійної компетентності; процесами реформування сучасної вищої школи та їх недостатнім урахуванням у професійній підготовці фахівців для сфери фізичної культури та спорту; необхідністю врахування особливостей становлення й розвитку зарубіжної системи підготовки кадрів для фітнес-індустрії та їх недослідженістю у вітчизняній педагогічній науці; необхідністю в теоретичному обґрунтуванні й науково-методичному забезпеченні системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та відсутністю в Україні теоретико-методологічної бази реалізації цієї підготовки.

З метою обґрунтування концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з'ясуємо сутність поняття «концепція» та її структурно-змістове наповнення.

Аналіз сучасної літератури свідчить про неоднозначність тлумачення поняття «концепція». Так, у «Словнику української мови» поняття «концепція» розглядається як «система доказів певного положення, система поглядів на те чи інше явище, ідейний задум» [455, с. 275]. Автори енциклопедії «Соціологія» визначають поняття «концепція» (від лат. сопсерйо – розуміння, єдиний задум, провідна думка) як «систему поглядів, яка має певний спосіб бачення, розуміння, трактування яких-небудь предметів, явищ і процесів, що представляє провідну ідею або конструктивний принцип, який реалізує певний задум в тій або іншій теоретичній галузі управління» [463].

На думку Е.М. Короткова, концепція – це комплекс положень, пов'язаних загальною вихідною ідеєю, які визначають діяльність людини (дослідницьку, управлінську, проектну, функціональну та ін.) та спрямованих на досягнення певної мети [262, с. 209].

Найбільш точним, на нашу думку, є розуміння концепції як сукупності наукових знань про об'єкт, репрезентованих і оформлених спеціальним чином. У зв'язку з цим, ми поділяємо думку Е. В. Яковлева та Н. О. Яковлевої, які розглядають концепцію як складну, цілеспрямовану та динамічну систему фундаментальних знань про педагогічний феномен, повно й всебічно розкривають його сутність, зміст, особливості, а також технологію оперування з ним в умовах сучасної освіти [541, с. 10]. Складність системи знань, як вважають учені, передбачає три основних аспекти. По-перше, це діалектична єдність основних положень, що складають різні концепції та теорії. По-друге, це різноманітність її компонентного складу й зв'язків усередині системи. Кожен розділ концепції повинен мати своє функціональне призначення, забезпечуючи її цілісність і повноту. По-третє, ієрархічна структура концепції, як системи знань, передбачає наявність рівнів підпорядкованості, що визначають логіку розгортання її загального змісту від загальнотеоретичних положень до технології використання в освітньому процесі [541, с. 11].

Розглядаючи структуру концепції, С. В. Бобришов виокремлює такі її елементи: провідна проблема, ідеї, поняття, принципи освіти, судження про необхідний зміст, технології, форми та методи навчально-виховної роботи [58, с. 350–351].

Нам імпонує думка Е. В. Яковлева та Н. О. Яковлевої про те, що структура педагогічної концепції повинна мати наступні розділи:

1) загальні положення (мета концепції, правові основи, місце в теорії педагогіки й системі міждисциплінарного знання, а також межі її застосування);

2) понятійно-категоріальний апарат;

3) теоретико-методологічні основи вивчення відповідної проблеми;

4) ядро (сукупність закономірностей і принципів функціонування та розвитку досліджуваних процесів, виявлених із залученням зафіксованих теоретико-методологічних основ);

5) змістовно-смісловне наповнення (проекція теоретичних положень на практичну сферу діяльності педагога);

6) верифікацію (особливості організації педагогічного експерименту з перевірки й оцінки концепції в цілому) [541, с. 16].

Спираючись на вище зазначені думки, обґрунтуємо положення розділів концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти (далі – Концепція).

Метою Концепції є теоретико-методологічне та технологічне обґрунтування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців), суспільства та зарубіжного досвіду, спрямована на формування професійної компетентності випускників за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» (спеціалізацією «Фітнес-тренер»), що дозволить їм після завершення освітньої програми успішно реалізовувати діяльність з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

Нормативно-правовою основою Концепції є положення, які прописані у Законі України «Про освіту» від 05.09.2017, № 2145-VIII [192]; Законі України «Про вищу освіту» від 01.07.2014 №1556-VII (із змінами, внесеними згідно із Законами і доповненнями від № 2145-VIII від 05.09.2017, ВВР, 2017, № 38-39, ст.380) [191]; Законі України «Про фізичну культуру і спорт» (1994) (зі змінами, внесеними 18.01.2018) [193]; «Стратегії сталого розвитку «Україна – 2020» [473]; «Стратегії реформування вищої освіти в Україні до 2020 року» (проект) [472]; Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період

до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [346]; Постанові Кабінету міністрів «Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року» [384]; Національному класифікаторі України «Класифікатор професій» ДК 003:2010 [347], Проекті TUNING (2012) [655], тощо.

В основу Концепції покладено розроблені теорії вітчизняних і зарубіжних учених, у яких знайшли своє відображення фундаментальні теорії сучасної загальної педагогіки (В. П. Андрущенко, Ю. К. Бабанський, В. П. Беспалько, С. У. Гончаренко, І. А. Зязюн, Б. І. Коротяєв, К. В. Корсак, В. В. Краєвський, В. Г. Кремень, Н. В. Кузьміна, І. Я. Лернер, В. С. Лутай, О. М. Новіков, І. П. Підласий, В. А. Семиченко, С. О. Сисоева та ін.); теорії педагогічних систем (Ю. В. Бех, І. Блауберг, В. М. Садовський, Г. К. Селевко, А. Слепцов, Б. Юдін та ін.); теорії особистості та її розвитку в навчанні й діяльності (І. Д. Бех, Л. С. Виготський, П. Гальперін, О. Леонтєв, А. К. Маркова, А. Маслоу, К. Р. Роджерс, С. Л. Рубінштейн, Б. Скіннер та ін.); компетнісний підхід в освіті (Н. В. Гузій, О. І. Гура, І. О. Зимня, І. А. Колесникова та ін.); проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (О. Ю. Ажиппо, П. Б. Джуринський, Є. А. Захаріна, Л. І. Іванова, Р. П. Карпюк, Р. В. Клопов, А. П. Конох, Ю. О. Лянной, Є. Н. Приступа, Л. П. Суценко, О. В. Тимошенко, Б. М. Шиян та ін.); положення теорії та методики спортивного тренування та фізичного виховання (М. М. Боген, Т. Ю. Круцевич, В. М. Платонов та ін.); положення теорії й методики формування системи спорту для всіх (М. В. Дутчак); концепція рекреаційно-оздоровчої діяльності різних груп населення (О. В. Андрєєва та ін.); концептуальні основи дитячого фітнесу (О. Г. Сайкіна та ін.); теоретико-методичні розробки індивідуалізації та диференціації навчання (Ю. К. Бабанський, В. В. Давидова, В. О. Далінгер, В. Д. Шадріков та ін.); контекстного (А. О. Вербицький, О. І. Іваницький, М. Г. Чобітько та ін.), інтерактивного (Л. В. Пироженко, О. І. Пометун та ін.) та проблемного навчання (І. Я. Лернер, А. В. Хуторський та ін.), тощо.

Концепція професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти може бути застосована в проектуванні сучасних дидактичних засобів і технологій у системі професійної підготовки,

перепідготовки та підвищення кваліфікації фахівців за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт».

Концепція передбачає можливість її трансформації у відповідь на мінливі умови соціокультурної та економічної ситуації в країні та світі.

У структурі загальних положень Концепції нами було визначено понятійно-категоріальний апарат, який покликаний відобразити онтологічний аспект проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Категоріальний апарат концепції був розділений на поняття загального контексту досліджуваної проблеми та спеціальні поняття. До першої групи нами віднесено такі поняття, як: «професія», «професіограма», «модель фахівця», «готовність», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «результати навчання», «професійна підготовка» та «заклад вищої освіти». До другої групи нами віднесено такі поняття, як: «фітнес», «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти». Їх тлумачення репрезентовано в підрозділах 1.3 та 1.4 першого розділу монографії.

Наступним розділом Концепції за логікою викладу матеріалу було визначення вихідних теоретико-методологічних підстав для вивчення проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Це визначилося в обґрунтуванні відповідних методологічних підходів. Нами виокремлено сукупності діалектичного, екзистенціального, системного, соціокультурного, акмеологічного, компетентнісного, професіографічного, особистісного та діяльнісного підходів. Детальний розгляд методологічних підходів представлено в підрозділі 4.1.

З позицій представлених методологічних підходів нами було визначено зміст (ядро) Концепції. За Є. В. Яковлевим, ядром педагогічної концепції є система вихідних положень, які характеризують особливості побудови наукової теорії та її специфіку. Науковець вважає, що ядро педагогічної концепції передбачає виявлення, обґрунтування й характеристику ключових закономірностей та побудову на їх основі системи загальних і специфічних принципів [541, с. 114].

Ми згодні з Г. І. Ібрагімовим, що закономірності розкривають стійкі, повторювані та необхідні причинно-наслідкові зв'язки, які дозволяють розкрити сутність, особливості, найбільш загальне і стійке в дидактичних системах і процесах [210, с. 15]. Для виявлення закономірностей ми дотримувалися класифікації закономірностей, запропонованої Є. В. Яковлевим. Дослідник виокремлює групу зовнішніх закономірностей, обумовлених об'єктивно існуючими факторами або тенденціями; групу атрибутивних закономірностей, які розкривають його внутрішні особливості, характеристики, властивості та закономірності ефективності, що визначають обставини продуктивного функціонування педагогічної системи [541, с. 117].

Характеризуючи педагогічні закономірності, Н. К. Зотова зазначає, що вони «часто діють як закони-тенденції» та як напрями розвитку певного явища [207, с. 73].

Разом з тим, принципи навчання, як вказує М. Оліяр, виступають методологічними орієнтирами та є, з одного боку, результатом дослідницької діяльності в певному напрямі, а з іншого – вихідними концептуально-регулятивними положеннями побудови методичної системи та елементами теорії організації процесу навчання [360, с. 215-219].

Отже, з'ясування сутності закономірностей та принципів навчально-виховної діяльності, визначення методологічних підходів до дослідження дозволили сформулювати та обґрунтувати теоретичні положення ядра концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Ми вважаємо, що система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах як соціальний інститут відображає існуючі причинно-наслідкові зв'язки в соціокультурному, економічному та політичному середовищі, віддзеркалює сучасні концепти реформування вищої освіти, які розкривають об'єктивний процес впливу суспільних відносин, соціального замовлення на формування всіх елементів навчання й виховання майбутніх фітнес-тренерів.

Розглянемо детально природу названих закономірностей.

У сучасному світі всі соціальні, економічні, політичні та культурні процеси є взаємопов'язаними та виявляються в тенденціях глобалізації, інтернаціоналізації та інформатизації. Це виявляється в утворенні єдиного

світового освітнього та наукового інформаційного простору, що призводить до появи таких нових явищ, як: інтеграція зарубіжних освітніх систем, інтернаціоналізація навчальних планів, мобільність студентів, формування програм транснаціонального типу, які передбачають впровадження онлайн-навчання та розвиток дистанційної освіти; доступ до віртуальних навчальних програм у сфері фітнесу; розробка навчальних програм, що надають спільні або подвійні дипломи; створення асоціацій закладів вищої освіти; забезпечення можливості написання кваліфікаційних студентських робіт із залученням закордонних співкерівників або рецензентів; залучення викладачів, які читають лекції іноземними мовами, та викладачів, що навчались або викладали більше, ніж один семестр за кордоном; забезпечення навчальних закладів науковими виданнями й актуальною періодикою іноземними мовами; можливість стажування й участь у міжнародних конференціях.

А. Г. Антип'єв та Ю. С. Маркова звертають увагу на тенденцію виникнення гібридної світової культури та змішування національних традицій, що сприяє розвитку підприємницької ментальності закладів вищої освіти під впливом конкуренції на ринку освітніх послуг та зростанню конкурентоздатності освіти в міжнародних масштабах [25, с. 119]. Разом з тим, змінюються критерії оцінки результатів діяльності університетів з наголосом на їх спроможності підготувати фахівців, здатних оперативно реагувати на мінливий ринок праці [230].

Науковці відмічають і негативний вплив глобалізації, який необхідно враховувати при проектуванні освітніх систем. Так, А. Г. Антип'єв вважає, що «економіка знань» вступає в суперечності з гуманністю і моральністю, наслідком чого стає нещадна експлуатація природи, дегуманізований світ і конс'юмеризм як сенс життя, відчуження людини в суспільстві й почуття самотності в натовпі, зменшення взаємної довіри й втрата здатності відчувати повагу до оточуючих. Разом з тим, глобалізація, формуючи нову культуру, породжує проблеми ідентичності та взаємозалежності всередині окремих культур і між ними. [25, с.119].

У контексті європейського простору вищої освіти на період до 2020 року, на думку експертів з реформування вищої освіти І. Бабіна та В. Ликової, важливими завданнями університетської освіти України є розробка і запровадження професійних стандартів як основи для модернізації державних освітніх стандартів (навчальних програм) з метою

підвищення якості змісту професійної освіти й навчання та приведення його у відповідність до вимог роботодавців; запровадження системи якості вищої освіти відповідно до стандартів та рекомендацій Європейської асоціації забезпечення якості; вирішення проблеми формування змісту освіти за академічними та професійними кваліфікаціями із врахуванням відповідного рівня компетентності, компетенцій і результатів навчання; урахування національних традицій, підходів тощо [178];

Відповідно до «Закону про вищу освіту» (2017) на сьогодні окреслилася чітка тенденція до збільшення самостійності та автономності закладів вищої освіти, що виявляється у формуванні власного освітнього середовища, культури організації навчання, культури студентів та викладачів, якості підготовки майбутніх фахівців і науково-педагогічних працівників [191].

За висновками А. Г. Антип'єва, зростання обсягу інформації та швидкості її обміну у світі вимагає від фахівця мобілізації інтелектуальних здібностей, зокрема аналітичних, формування у студентів гнучкого й самостійного творчого мислення, навичок самонавчання, мотивації до постійного професійного вдосконалення. Це, на думку вченого, неможливо без науково-дослідницької діяльності [25, с. 116-122].

Аналіз тенденцій та закономірностей, які здійснюють вплив на систему вищої освіти, зокрема фізкультурної, дозволили нам обґрунтувати загальні принципи стратегії професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, до яких нами віднесено такі: принцип ринкової конгруентності, гуманізації, студенто-орієнтованості, фундаменталізації та науковості, інтелектуалізації, стандартизації та академічної чесності.

Принцип ринкової конгруентності вимагає узгодження змісту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти із запитами ринку фітнес-послуг. Реалізація принципу передбачає моніторинг вимог роботодавців щодо змісту професіограми фітнес-тренера; розробку освітніх програм з позицій економічної актуальності, соціальної пріоритетності та професійної привабливості пропонуванних освітніх програм, що забезпечує унікальні професійні можливості випускників і пріоритетне значення закладу вищої освіти у встановленні

зв'язків між студентами та ринком праці; здійснення своєчасної оперативної корекції змісту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів з урахуванням тенденцій стрімкого розвитку ринку фітнес-послуг.

Принцип гуманізації відображає логіку навчально-виховного процесу підготовки майбутніх фітнес-тренерів на основі пріоритетності морально-етичних, духовних і професійних цінностей. Відповідно до цього принципу важливим є розвиток у студентів толерантності, свідомої громадянської позиції та відповідальності, здатності до об'єктивної оцінки соціального буття, до професійно-особистісного самовизначення, саморозвитку та самореалізації в глобальному світовому просторі. Дотримання принципу гуманізації вимагає ставлення до молодого людини, як до самоцінності, поваги її унікальності та своєрідності, захисту її гідності й прав.

Принцип студенто-орієнтованості характеризується орієнтацією майбутнього фітнес-тренера на активне навчання; наданням можливості для визначення індивідуальних освітніх траєкторій майбутніми фахівцями відповідно до своїх інтересів, потреб і досвіду; організацією навчання, орієнтованого на результати в термінах компетентностей майбутнього фітнес-тренера та наявністю чітких вимог щодо організації освітнього простору; акцентом на розвиток у студентів рефлексії та здатності до самостійного прийняття рішень. Разом з тим, принцип передбачає перетворення функції викладача як транслятора інформації на роль тьютора, консультанта та модератора.

Принцип фундаменталізації та науковості висуває такі вимоги до професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: а) фундаментальність, цілісність надання інформації та знань, орієнтація на глибинні основи і системні взаємозв'язки між різними процесами навколишнього світу; б) вилучення застарілих наукових поглядів; в) викладання навчальних дисциплін з урахуванням логіки досліджуваної наукової системи знань і закономірностей засвоєння наукових понять у свідомості майбутніх фітнес-тренерів; г) реалізація єдності наукових досліджень і навчальної діяльності.

Принцип інтелектуалізації пов'язаний з принципом фундаменталізації та науковості та передбачає розвиток у майбутніх фітнес-тренерів ерудиції, системного та критичного мислення, що

включає здатність до аналізу, синтезу, класифікації явищ, передачі й генерування нових знань, ведення дискусії тощо; формування системи методологічних знань з теорії систем і системного аналізу, логічних прийомів, засвоєння технологій з вирішення проблемних ситуацій. На нашу думку, результатом запровадження принципу інтелектуалізації має бути становлення майбутнього конкурентоспроможного фахівця, здатного до творчої діяльності.

Принцип стандартизації означає уніфікацію вимог до змісту та результатів освітньої діяльності закладів вищої освіти та передбачає розробку Галузевого стандарту (з позицій сьогодення: Стандарту вищої освіти в галузі знань – 01 «Освіта», спеціальності – 017 «Фізична культура і спорт» та спеціалізації «Фітнес та рекреація»). Стандарт вищої освіти визначає певні вимоги до освітньої програми, до яких належать: обсяг кредитів ЄКТС, необхідний для здобуття освітнього ступеня бакалавра; оптимальний мінімум інтегральних, загальних та спеціальних компетентностей, які забезпечують соціальний та особистісний розвиток, готовність до вирішення загальнопрофесійних завдань у межах спеціальності «Фізична культура і спорт» та реалізації специфічних професійних завдань у межах спеціалізації «Фітнес та рекреація»; нормативний зміст підготовки здобувачів вищої освіти, сформульований у термінах результатів навчання; форми атестації здобувачів вищої освіти; вимоги до наявності системи внутрішнього забезпечення якості вищої освіти.

Принцип академічної чесності визначає чесноту науково-педагогічного працівника, який на високому рівні викладає свою дисципліну та об'єктивно оцінює досягнення студента, позицію студента, який не продукує плагіат та не користується шпаргалками; це прозорий вступ до закладу вищої освіти та відсутність корупції на всіх ланках навчального процесу.

Отже, нами розглянута група закономірностей та принципів професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, що мають характер зовнішньої обумовленості системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Сформулюємо сутність закономірностей та принципів, які мають атрибутивний характер та розкривають внутрішні особливості,

характеристики, специфіку та властивості системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Ми вважаємо, що процес професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти зумовлений закономірностями дидактики вищої школи та закономірностями фізичного виховання, відображає специфічні взаємозв'язки між змістом професійної діяльності фітнес-тренера та змістом фахової підготовки.

Розглянемо зазначені закономірності.

До загально-дидактичних закономірностей ми віднесли такі, що відображають обумовленість змісту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти закономірностями цілісного педагогічного процесу; виявляють залежність між метою, результатами, змістом, методами і формами навчання; залежність результатів навчання від умов, у яких відбувається навчальний процес; залежність рівня сформованості професійних компетентностей майбутніх фітнес-тренерів від їх фізичного стану, розвитку інтелектуальної, емоційної та вольової сфер, сформованістю мотивації до навчання; детермінованість ефективності навчання педагогічною майстерністю викладача; обумовленість вибору форм та методів професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти актуальними та потенційними можливостями студентів з реалізації навчальних стратегій; прямо пропорційна залежність ефективності навчання від частоти й обсягу зворотного зв'язку в процесі навчання; залежність ефективності навчання від самостійного оволодіння студентами навчального матеріалу.

Відповідно до цих закономірностей професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти охарактеризуємо такі специфічні принципи, як: системності, міждисциплінарності, професійної специфічності, рухової поліфункціональності, ранньої професіоналізації, єдності традиції та інновацій, дифференціації та індивідуалізації, евристичної інтерактивності, смислової і перцептивної наочності, самостійності.

Принцип системності спонукає розглядати професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів з позицій логіки синтезу, взаємопереходів і взаємовключень усіх її компонентів, що забезпечує цілісність педагогічної системи на всіх її рівнях: змістовому, методичному, технологічному, організаційному та діагностичному.

Принцип міждисциплінарності передбачає орієнтацію всіх навчальних дисциплін освітньої програми майбутнього фітнес-тренера на професійну діяльність та зумовлює компетентнісно-інтегративний характер проектування та викладання всіх навчальних програм. За такої умови, навчальні програми розробляються таким чином, що успішне вивчення кожного модуля передбачає оволодіння студентом компетенціями, які в сукупності формуються в певну професійну компетентність фітнес-тренера. Застосування міжпредметної інтеграції вимагає вироблення єдиної педагогічної «стратегії», обов'язкової уніфікації понять, форм та методів навчання; розробки інтегрованих комплексних контрольних завдань та тестів для виявлення рівня сформованості певної компетентності.

Принцип професійної специфічності передбачає орієнтацію завдань, змісту, форм і методів професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів на формування спеціальних професійних компетентностей та особистісних якостей, які не є визначальними для представників інших спеціалізацій спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», хоча і ґрунтуються на них. До професійних компетентностей майбутнього фітнес-тренера ми віднесли дидактично-рухову, проектувально-конструкторську, контрольну-аналітичну, організаційно-регулятивну, мотиваційно-комунікативну та маркетингово-комерційну субкомпетентності.

Принцип рухової поліфункціональності пов'язаний із принципом професійної специфічності та передбачає формування в майбутніх фітнес-тренерів значного обсягу технічних навичок з різних напрямів фітнесу, що потребує застосування широкого арсеналу принципів навчання руховим діям, зокрема принципу повторення рухових навичок, планомірності та поступовості їх формування, міцності й прогресування тощо.

Принцип ранньої професіоналізації передбачає впровадження в навчальний план дисциплін професійно-прикладної спрямованості вже з першого курсу, проходження практики за профілем майбутньої роботи з першого по четвертий роки навчання, залучення студентів з першого року навчання до волонтерської участі в проведенні Конвенцій з фітнесу, Фестивалів з фітнесу, заходів та свят тематичної спрямованості тощо. Запровадження принципу ранньої професіоналізації, на нашу думку, буде сприяти не тільки підвищенню професійної компетентності майбутніх

фахівців та формуванню їх готовності до виконання функціональних обов'язків одразу після закінчення закладу вищої освіти, а й формуванню стійкої пізнавальної та фахової мотивації.

Принцип єдності традиції та інновацій передбачає діалектичний баланс між застосуванням традиційних для педагогіки, теорії та методики фізичного виховання і спорту засобів, методів, форм навчання та пошуком і творчим засвоєнням інноваційних ідей сучасної науки й практики в сфері фітнесу, когнітивної психології, у тому числі зарубіжних технологій.

Принцип диференціації та індивідуалізації передбачає діагностику, групування та навчання майбутніх фітнес-тренерів із врахуванням їх пізнавального стилю, психофізіологічних та індивідуально-типологічних особливостей студентів, рівня базових знань та навичок, професійного досвіду, типу сформованої мотивації, спрямованості особистості, схильностей та інтересів студентів, їх світоглядних та національних цінностей, соціальних та когнітивних характеристик молодого покоління.

Принцип евристичної інтерактивності визначає провідну роль продуктивної творчої взаємодії між діяльністю студентів та викладача, за умов координуючої ролі останнього. Передбачає розвиток у майбутніх фітнес-тренерів гнучкості, оригінальності, інтуїтивного мислення, ейдетичних здібностей (легкості асоціювання), артистичних здібностей, здатності до самопрезентації, емпатії, до генерування нових ідей та нестандартних рішень. Принцип реалізується на основі формування емоційно насиченого дидактичного середовища, передбачає орієнтацію професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів на процес навчання, а не тільки результат.

Принцип смислової і перцептивної наочності застосовується в процесі навчання руховим діям та підкреслює важливість формування в майбутніх фітнес-тренерів не тільки візуального образу руху, але й всього концептуального образу, що включає в себе як смислову, так і сенсомоторну інформацію про рух.

Принцип самостійності в процесі професійної підготовки передбачає ефективне впровадження самостійної навчальної діяльності студентів. Для цього вважається необхідним формування здатності до самостійного пошуку, переробки, засвоєння інформації; самостійного набуття та вдосконалення професійних навичок; навчання методам самостійного отримання знань, умінь і навичок. Для успішної реалізації

принципу, на нашу думку, необхідно виконання таких вимог: надання можливості вибору тематики самостійних завдань як за змістом, так і рівнем складності; чітка регламентація алгоритму, обсягу, часу виконання та критеріїв оцінювання всіх видів самостійних завдань без переважання студентів; оптимальне співвідношення самостійної роботи з іншими видами навчальної діяльності; повноцінне методико-дидактичне забезпечення самостійної роботи; використання інтерактивних засобів, методів і технологій навчання; систематичний контроль тощо.

За логікою викладу розділів Концепції, наступним етапом необхідно визначити її змістовно-сміслову наповнення.

Ми вважаємо, що змістовно-смісловим наповненням та основою практичної реалізації Концепції є модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка має системний характер, урахує соціальний запит на підготовку фітнес-тренерів, зміст професійної діяльності, включає шість взаємопов'язаних і взаємообумовлених блоків: цільовий, концептуальний, організаційний, змістовий, технологічний, діагностико-результативний – та суб'єкту підструктуру: викладач, студент, група. Детальний розгляд моделі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти буде репрезентовано в підрозділі 4.3 четвертого розділу.

Верифікація положень Концепції може бути здійснена емпіричним шляхом (теоретико-методологічні підходи та понятійно-категоріальний апарат), шляхом констатуючого педагогічного експерименту (положення ядра Концепції) та формувального експерименту (система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти). Формувальний етап педагогічного експерименту передбачає виокремлення контрольної та експериментальної груп. Критеріями сформованості рівнів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти слугують мотиваційно-вольовий, ціннісно-смісловий, когнітивно-інтелектуальний, операційно-технологічний та соціально-психологічний.

Узагальнення масиву представлених позицій дозволило нам сформулювати положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

1. Метою Концепції є теоретико-методологічне та технологічне обґрунтування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців), суспільства та зарубіжного досвіду, спрямована на формування професійної компетентності бакалаврів за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» (спеціалізацією «Фітнес-тренер»), що дозволить їм після завершення освітньої програми успішно реалізовувати діяльність з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

2. В основу Концепції покладено нормативно-правові акти та положення, фундаментальні теорії вітчизняних та закордонних учених, у яких знайшли своє відображення теорії сучасної загальної педагогіки, теорії педагогічних систем, теорії особистості, компетентнісний підхід в освіті, аспекти професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту, положення теорії та методики спортивного тренування та фізичного виховання, системи спорту для всіх, концептуальні основи дитячого фітнесу, теоретико-методичні розробки індивідуалізації та диференціації навчання, контекстного, інтерактивного та проблемного навчання.

3. Понятійно-категоріальний апарат Концепції поєднує комплекс таких понять, як: «професія», «професіограма», «модель фахівця», «готовність», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «результати навчання», «професійна підготовка», «заклад вищої освіти», «фітнес», «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти».

4. Теоретико-методологічними підставами для дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти слугували сукупність діалектичного, екзистенціального, системного, соціокультурного, акмеологічного, компетентнісного, професіографічного, особистісного та діяльнісного підходів.

5. Стратегія професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти повинна віддзеркалювати причинно-наслідкові зв'язки й залежності, зумовлені соціально-економічними, політичними, культурологічними факторами, та відповідати таким вимогам:

– узгодженість із запитами ринку фітнес-послуг (принцип ринкової конгруентності); спрямованість на виховання морально-етичних, духовних та професійних цінностей студентів (принцип гуманізації);

– зорієнтованість на стимуляцію активного навчання студентів (принцип студенто-орієнтованості);

– фундаментальність, цілісність надання інформації та єдність наукових досліджень і навчальної діяльності (принцип фундаменталізації та науковості);

– спрямованість професійної підготовки на розвиток системного та критичного мислення в майбутніх фітнес-тренерів (принцип інтелектуалізації);

– стандартизованість в частині визначення інтегральних, загальних та спеціальних компетентностей, результатів навчання, форм атестації здобувачів вищої освіти змісту та вимог до забезпечення якості вищої освіти для здобуття освітнього ступеня бакалавра галузі знань – 01 «Освіта», спеціальності – 017 «Фізична культура і спорт» та спеціалізації «Фітнес та рекреація» (принцип стандартизації);

– демонстрація академічної чесності як студентами, так і науково-педагогічними працівниками (принцип академічної чесності).

6. Система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти розглядається нами як цілісна педагогічна система, що утворюється упорядкованою сукупністю об'єктивно взаємопов'язаних та взаємообумовлених структурних елементів, об'єднаних між собою стратегічною метою – формуванням професійної компетентності фахівця, де системоутворюючим фактором є соціальне замовлення, зміст професійної діяльності фітнес-тренера та мета професійної підготовки, системорегулюючим фактором – комплекс принципів, системонаповнюючим фактором – зміст, засоби, форми педагогічного впливу, педагогічні умови, суб'єкти тощо (принцип системності).

7. Ефективність системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти залежить від урахування загальнодидактичних та специфічних закономірностей навчання та повинна відповідати таким вимогам, як:

– компетентнісно-інтегративний характер проектування та викладання навчальних програм з їх орієнтацію на специфіку професійної діяльності фітнес-тренера (принцип міждисциплінарності);

– спрямованість завдань, змісту, форм і методів професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів на формування спеціальних професійних компетентностей та особистісних якостей фахівця, які не є визначальними для представників інших спеціалізацій спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», хоча й ґрунтуються на них (принцип професійної специфічності);

– необхідність формування у майбутніх фітнес-тренерів значного обсягу технічних навичок з різних напрямів фітнесу (принцип рухової поліфункціональності);

– застосування комплексу специфічних методів навчання руховим діям у процесі технічної підготовки на основі формування в майбутніх фітнес-тренерів як смислової, так і сенсомоторної інформації про рух (принцип смислової і перцептивної наочності);

– упровадження з першого по четвертий курси навчання дисциплін професійно-прикладної спрямованості, проходження практик за профілем майбутньої роботи та залучення до волонтерської діяльності (принцип ранньої професіоналізації);

– реалізація діалектичного балансу між застосуванням традиційних для педагогіки, теорії та методики фізичного виховання і спорту засобів, методів, форм навчання та застосуванням інноваційних ідей (принцип єдності традиції та інновацій);

– урахування пізнавального стилю, психофізіологічних та індивідуально-типологічних особливостей студентів, рівня базових знань та навичок, професійного досвіду, типу сформованої мотивації, спрямованості особистості, схильностей та інтересів студентів, їх світоглядних та національних цінностей, соціальних та когнітивних характеристик молодого покоління (принцип диференціації та індивідуалізації);

– здійснення продуктивної творчої взаємодії студентів та викладачів, за умов координуючої ролі останніх (принцип евристичної інтерактивності);

– формування в майбутніх фітнес-тренерів здатності до самостійного пошуку, переробки, засвоєння інформації; самостійного набуття, удосконалення професійних навичок та навчання методам самостійного отримання знань, умінь і навичок (принцип самостійності).

8. Змістовно-процесуальним наповненням та основою практичної реалізації Концепції виступає модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка має системний характер, ураховує соціальний запит на підготовку фітнес-тренерів, зміст професійної діяльності, включає взаємопов'язані та взаємообумовлені блоки: цільовий, концептуальний, змістовий, технологічний, результативний – та суб'єкту підструктуру: викладач, студент, група.

9. Верифікація положень Концепції може бути здійснена емпіричним шляхом (теоретико-методологічні підходи та понятійно-категоріальний апарат), шляхом констатуючого педагогічного експерименту (положення ядра Концепції) та формувального експерименту (система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти).

Таким чином, нами розроблено основні положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

4.3. Модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Як зазначалося в Концепції, проекцією теоретичних положень професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти на практичну діяльність слугує її модель.

Науковці (Р. В. Клопов [244], Л. П. Сущенко [477] та ін.) приділяли значну увагу розробці моделі професійної підготовки майбутніх фахівців у сфері фізичної культури та спорту. Є. О. Павлюк [367], А. В. Сват'єв [422] розглядали модель професійної підготовки майбутніх тренерів з виду спорту в закладах вищої освіти. П. А. Слободжанінов [452] акцентував увагу на розробленні моделі формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації із застосуванням інформаційних технологій. Однак, питання обґрунтування моделі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти в науковій літературі ще не знайшло свого вирішення і потребує подальшого розгляду.

При розробці та теоретичному обґрунтуванні моделі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти ми

спіралися на положення науковців щодо моделювання, класифікації моделей, їх сутності та характеристик. У педагогічній літературі моделювання розглядається з позицій науково-практичного методу пізнання та трактується як вища та особлива форма наочності, засіб упорядкування інформації, що дозволяє ґрунтовніше та глибше розкрити сутність явища, яке вивчається (Ю. К. Бабанський) [34, с. 93]; як опосередковане практичне або теоретичне дослідження об'єкта, завдяки якому безпосередньо вивчається не сам об'єкт, а деяка допоміжна штучна або природня система (І. Б. Новік) [353, с. 33]. Нам імпонує визначення поняття «моделювання», яке подано у «Філософському енциклопедичному словнику». У цьому словнику поняття «моделювання» визначається як «відтворення характеристик деякого об'єкта на іншому об'єкті, спеціально створеному для їх вивчення» [505, с. 106].

Поняття «модель» розглядається науковцями з різних позицій. Так, на думку Г. В. Суходольського, модель – це штучно створений об'єкт у вигляді схеми, фізичної конструкції, знакових форм або формул, які відображають та відтворюють у найбільш простому та узагальненому вигляді структуру, властивості, взаємозв'язки та відношення між елементами цього об'єкта [475, с. 120]. За А. Г. Рибковським та А. О. Светою, модель – це система, у якій відносини між елементами певною мірою відображають іншу систему, відповідно до кількісних і якісних критеріїв [408, с. 164]. Т. М. Володимирова вважає, що модель є образно уявлений або матеріально реалізований аналог – цільова педагогічна програма, що відтворює досліджуваний об'єкт і здатна забезпечити його заміну таким чином, що з'являється можливість отримати нову інформацію щодо цього об'єкту [116, с. 155].

У нашому дослідженні ми візьмемо за основу визначення поняття «модель», яке подано в «Енциклопедії професійної освіти»: модель – це така уявлена або матеріально реалізована система, яка відображає або відтворює об'єкт дослідження і здатна заміщати його так, що її вивчення дає нову інформацію щодо цього об'єкта [537, с. 78].

Модель, на думку Є. В. Яковлева, повинна відповідати таким умовам: бути системою; перебувати в деякому відношенні подібності з оригіналом; у певних параметрах відрізнятися від оригіналу; у процесі дослідження заміщати оригінал у певних відносинах; забезпечувати

можливість отримання нового знання про оригінал у результаті дослідження [541, с. 124]. При цьому, учений указує на необхідність встановлення взаємозв'язків між модельованими підсистемами [541, с. 126].

Аналізуючи класифікацію педагогічних моделей, Є. В. Яковлев виділяє структурно-функціональні й функціонально-структурні моделі; організаційні; освітні; процесні; компетентнісні та математичні моделі [541, с. 133].

У нашому дослідженні ми будемо дотримуватися ідеї комплексного моделювання та використовувати ознаки структурно-функціональної, процесної і компетентнісної моделі, що передбачає обов'язкове подання в моделі її структурного і функціонального компонентів, відображення послідовності переходу досліджуваного явища з одного стану в інший та розкриття характеристик статичних явищ, що служать для формування еталона професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів. Разом з цим, ми поділяємо думку Г. Матушанського та О. Фролова, що кваліфікаційна характеристика пов'язує між собою моделі професійної діяльності та підготовки фахівця. Саме тому вона є базовою моделлю, на основі якої повинні розроблятися як професіограма і модель діяльності, так і основні моделі підготовки фахівців [325, с. 93].

Результати теоретичного аналізу літератури та аналіз власного досвіду викладацької діяльності дозволили розробити та теоретично обґрунтувати модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти (рис. 4.2).

Модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти складається з п'яти блоків.

I блок – цільовий, що визначає мету й завдання професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та є системоутворюючим елементом моделі.

Метою професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти є підготовка компетентного фахівця, здатного до успішної реалізації діяльності з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

Система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

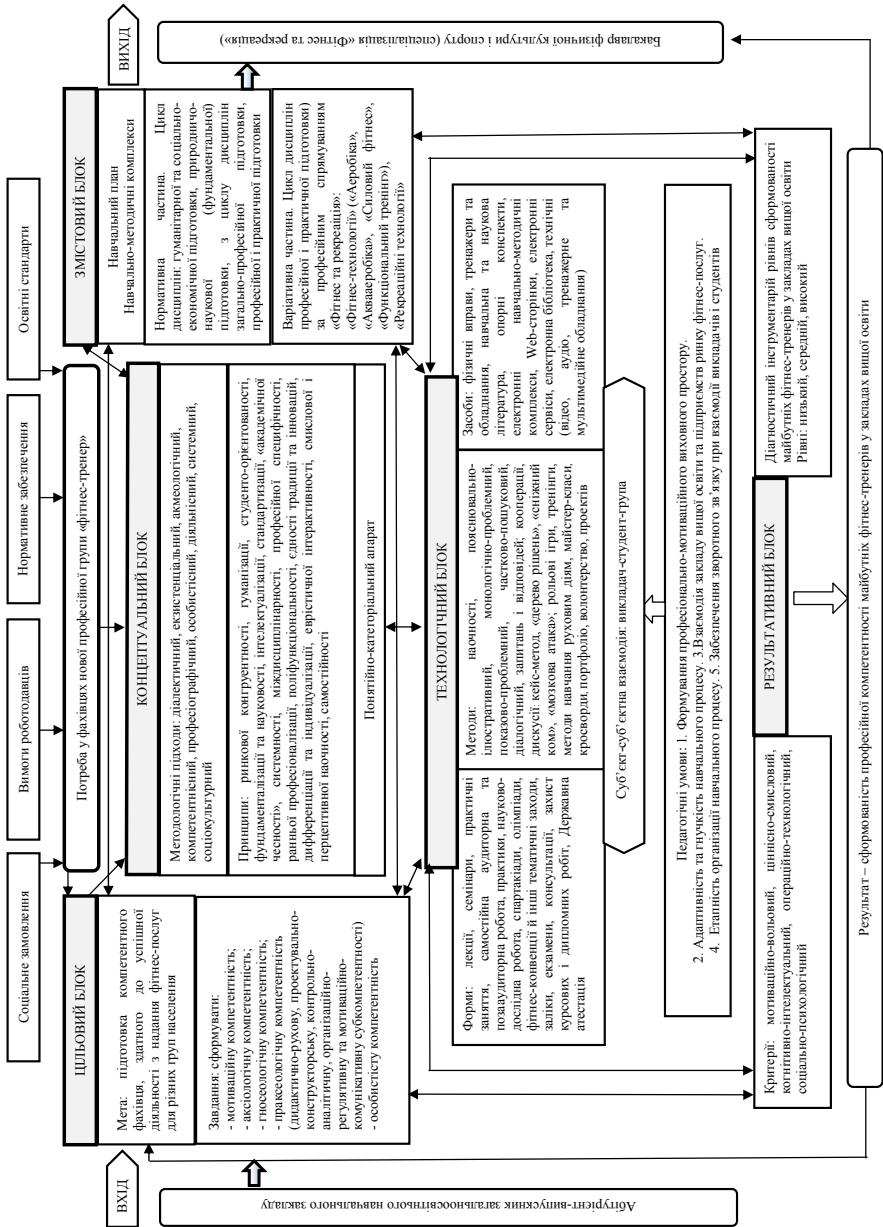


Рис. 4.2. Модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Завданнями виступають формування мотиваційної, аксіологічної, гносеологічної, особистісної і праксеологічної компетентностей (та формування відповідних субкомпетентностей: дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної та мотиваційно-комунікативної) майбутніх фітнес-тренерів.

II блок – концептуальний, який виконує системорегулюючу функцію, визначає загальну стратегію й тактику проектування професійної підготовки та охоплює методологічні підходи, принципи та понятійно-категоріальний апарат.

III блок – змістовий, який розкриває інформаційну складову професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та відображає зміст навчально-методичних комплексів, зокрема цикл дисциплін гуманітарної та соціально-економічної підготовки, природничо-наукової (фундаментальної) підготовки, загально-професійної підготовки, професійної і практичної підготовки, що складає нормативну частину підготовки бакалавра фізичної культури і спорту. Варіативну частину підготовки, яка забезпечує спеціально-профільну підготовку фітнес-тренера (за спеціалізацією «Фітнес та рекреація») складають такий цикл дисциплін професійної і практичної підготовки, як: «Фітнес-технології» («Аеробіка», «Аквааеробіка», «Силовий фітнес», «Функціональний тренінг»), «Рекреаційні технології».

Зміст навчання було розроблено на основі принципів ринкової конгруентності, фундаменталізації та науковості, міждисциплінарності та професійної специфічності.

IV блок – технологічний, який відображає реалізаційну складову навчальної, виховної та розвивальної функцій спільної діяльності викладача, студента й групи та включає організаційно-методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти (форми, методи та засоби організації навчально-виховного процесу).

Разом з тим, технологічний блок моделі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти передбачає певну логіку структурування навчального плану та розподілу дисциплін на першому – четвертому роках навчання за принципом ранньої професіоналізації на основі спадкоємності, послідовності, взаємної пропорційності дисциплін, взаємного їх доповнення, синхронності та

оптимальності за часом із застосуванням модульного, лінійного та концентричного способів структурування змісту навчального матеріалу залежно від завдань, умов і мотивації студентів.

V блок – результативний, який охоплює такі елементи, як: критерії та показники сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, на основі яких визначається рівень професійної підготовки студентів – високий, середній, низький; відповідний діагностичний інструментарій. Результатом професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти є сформованість професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Крім означених компонентів та елементів системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, її модель передбачає наявність чітких прямих і зворотних субординаційних або координаційних відношень між собою. Так, цільовий блок пов'язаний зворотним зв'язком зі змістовим та технологічним блоком, прямим ієрархічним зв'язком із концептуальним блоком і результативним блоком. Концептуальний блок пов'язаний зворотним зв'язком зі змістовим і технологічним. Змістовий та технологічний пов'язані зворотними зв'язками зі всіма блоками моделі, у тому числі, результативним. Це є основою для оперативного, поточного та перспективного оцінювання результатів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Зауважимо, що елементи, які складають блоки моделі, також знаходяться в координаційних відношеннях між собою.

Для здійснення професійної підготовки фахівців, на думку О. О. Єжової, необхідні відповідні педагогічні умови, які дослідниця розглядає як необхідні обставини, що сприяють та уможливають досягнення очікуваного результату внаслідок здійснення педагогічного процесу [181, с. 40].

Ми поділяємо думку С. А. Хазової, яка розуміє психолого-педагогічні умови як певну організацію освітнього процесу в сукупності педагогічних засобів, методів і форм організації освітнього процесу, конкретних способів педагогічної взаємодії, інформаційного змісту освіти, особливостей психологічного мікроклімату, що забезпечує можливість цілеспрямованого педагогічного впливу на студентів [511, с. 186].

Серед педагогічних умов, які сприяють досягненню мети професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти ми визначаємо такі: формування професійно-мотиваційного виховного простору; взаємодія закладу вищої освіти та підприємств ринку фітнес-послуг; адаптивність та гнучкість навчального процесу; етапність організації навчального процесу; забезпечення зворотного зв'язку при взаємодії викладачів і студентів.

Розглянемо зміст цих педагогічних умов.

Першою педагогічною умовою, на нашу думку, є *формування професійно-мотиваційного виховного простору* та пов'язаним з цим створенням атмосфери доброзичливості, взаємоповаги, довіри та створення для студентів ситуації успіху. Це передбачає застосування комплексу навчально-виховних заходів, які пов'язують навчальний процес із потребами особистості студента. Реалізація виховної функції передбачає розробку концепції виховної політики закладу вищої освіти та затвердження її в статуті університету, існування своєрідного кодексу «честі» студента (на зразок «Клятви Гіппократа» для студентів-медиків); ефективне функціонування служб кураторства, наставництва, студентського самоврядування, волонтерства та соціально-психологічної допомоги. Особливу виховну роль ми вбачаємо у відповідній спрямованості викладання суспільних наук – філософії, психології, педагогіки, теорії здоров'я тощо, з їх інтегральним поглядом на структурну організацію людини, де вершиною розвитку особистості є духовна досконалість.

До напрямів виховної діяльності ми відносимо впровадження суспільно-корисних та командоутворювальних видів діяльності студентів, організацію дозвілля на основі моніторингу психологічного стану та соціальних орієнтацій студентської молоді.

Разом з тим, вважаємо за необхідне впроваджувати конкретні заходи з мотивування студентів. До таких заходів ми відносимо:

– ефективне функціонування психологічної служби закладу вищої освіти з метою визначення індивідуальних освітніх траєкторій для кожного студента, надання консультацій студентам з питань професійного самовизначення, психологічної діагностики, соціологічного моніторингу значущого середовища, вирішення особистих проблем тощо;

– рання професіоналізація та професійно-орієнтований (інтегративний) характер викладання фундаментальних дисциплін з метою демонстрації їх прикладного значення;

– індивідуалізація навчального процесу з урахуванням індивідуально-типологічних особливостей і задатків студентів;

– високий рівень професіоналізму та харизматичності науково-педагогічного складу;

– застосування на заняттях інноваційних методів зацікавлення пропонованою інформацією, застосування методів перенесення уваги;

– застосування засобів матеріального монетарного (рівень стипендії, грошові премії) та немонетарного заохочення (можливість безкоштовного навчання на курсах підвищення кваліфікації або участі у фітнес-конвенціях); застосування засобів нематеріального заохочення (публічна похвала, грамоти, подяки батькам, гнучкість індивідуального графіку навчання, участь в органах студентського самоврядування; застосування різного роду змагань; використання переважно позитивних (а не тільки негативних) стимулів формування мотивації;

– публічність успішності кожного студента, розробка чітких показників успішності навчання (рейтингова система), сприяння усвідомленню студентами найближчих і кінцевих цілей навчання.

– оптимізація цілей, змісту, методів, технологій, форм та засобів професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів, які характеризуються максимальною ефективністю при невеликій витраті часу й зусиль.

Другою педагогічною умовою організації ефективного процесу професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти є *адаптивність та гнучкість навчального процесу*, що передбачає варіативність навчальних дисциплін за вибором, навчальних завдань та форм навчання; оптимальний підбір засобів та методів навчання з урахуванням пізнавального стилю особистості студентів, інтелектуальних та рухових здібностей, психофізіологічних, психологічних, ціннісно-мотиваційних особливостей; надання можливості студенту підвищити власний рейтинг шляхом повторного складання екзамену або заліку.

Третьою педагогічною умовою є *взаємодія закладу вищої освіти та підприємств ринку фітнес-послуг*. Реалізація цієї умови, по-перше, буде сприяти формуванню професійно-значущого середовища з організацію на базі закладу вищої освіти фітнес-форумів, фестивалів, науково-

практичних конференцій, ярмарків вакансій та студентських олімпіад. По-друге, забезпечить контекстно-ситуаційний характер проектування тактичних та стратегічних цілей освітнього процесу у відповідності з тенденціями розвитку ринку праці. По-третє, забезпечить організацію практик за профілем майбутньої роботи, що буде сприяти набуттю професійної компетентності та формуванню якостей особистості майбутнього фітнес-тренера, розвитку його готовності до конкуренції, ознайомленню студентів із професійним етикетом, спрямуванню на вивчення тих чи інших дисциплін, розвитку навичок лідерства, ініціативи, роботи в колективі, тощо. Крім того, інтеграція навчальних закладів з роботодавцями допоможе залучити професіоналів високого класу в сфері оздоровчого фітнесу та вирішити проблеми забезпечення якості викладацького складу, адже, тільки тренери-практики можуть надати високий рівень викладання інноваційних фітнес-технологій.

Четвертою педагогічною умовою є *етапність організації навчального процесу*, який включає адаптаційно-орієнтувальний, адаптаційно-професійний, науково-методичний та професійно-перетворювальний етапи. Організація етапів навчального процесу хронологічно збігається з чотирма роками навчання в закладі вищої освіти. Метою адаптаційно-орієнтувального етапу є створення оптимальних умов для соціально-організаційної, соціально-психологічної адаптації студентів та формування в них професійного «образу» фітнес-тренера шляхом загальнокультурної, загально-професійної підготовки та ранньої спеціалізації. Адаптаційно-професійний етап спрямований на оволодіння способами вирішення типових професійно значущих завдань та визначення напряму індивідуального освітнього маршруту. Метою науково-методичного етапу є набуття базового рівня психолого-педагогічних компетенцій із засвоєнням методології наукової діяльності та отриманням початкового професійного досвіду. На професійно-перетворювальному етапі, який відповідає 4 курсу навчання, здійснюється інтеграція набутих навичок та теоретичних знань у професійне середовище, формується готовність проектувати та реалізовувати власну майбутню кар'єру.

П'ятою педагогічною умовою є *забезпечення зворотного зв'язку при взаємодії викладачів і студентів*, що передбачає побудову процесу навчання як систему з численними зворотними зв'язками. Реалізація

умови полягає в регулярному та своєчасному застосуванні комплексу таких заходів: оцінювання результатів навчання з боку викладача у формі невербальних засобів комунікації (жестикуляція, міміка, емоції); оцінювання поточних та етапних результатів навчання у формі бальної оцінки та вербальних повідомлень; встановлення та повідомлення студенту причин його успіху або неуспіху; застосування матеріальних засобів контролю навчальної діяльності студента (інформаційні програми, тести, письмові завдання, тощо); здійснення студентами самоконтролю результатів власної навчальної діяльності на основі порівняння результатів з еталоном; корекція змісту та спрямованості навчально-виховного процесу з урахуванням результатів навчальної успішності та соціально-психологічного моніторингу. У зв'язку з цим, вважаємо за необхідне проводити регулярне анонімне опитування студентів щодо якості викладання із зазначенням викладачів високої кваліфікації (із відповідним подальшим матеріальним заохоченням) та недобросовісних викладачів, матеріальних умов навчання та проживання, тощо.

Таким чином, нами розроблено та теоретично обґрунтовано модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка характеризується єдністю цільового, концептуального, технологічного, змістового та результативного компонентів (блоків) та забезпечена комплексом відповідних педагогічних умов. З метою впровадження даної моделі в практику, у відповідності до вимог етапності моделювання, постає необхідність в її експериментальній перевірці.

Висновки до четвертого розділу

У розділі обґрунтовані методологічні підходи до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

На філософському рівні методології визначено діалектичний та екзистенціальний підходи; на загальнонауковому – системний та соціокультурний, на конкретно-науковому – акмеологічний, компетентнісний, професіографічний, особистісний та діяльнісний підходи; на технологічному – методику та техніку дослідження. Комплекс

методологічних підходів взаємодоповнюють, взаємокорегують один одного та забезпечують можливість усебічного пізнання досліджуваного феномену.

Реалізація *діалектичного підходу* передбачає необхідність проектування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з позицій аналізу історичних етапів та основних тенденцій її становлення й циклічного розвитку. Разом з цим, постає необхідність виявлення, усвідомлення й подолання зовнішніх і внутрішніх суперечностей, які виявляються в процесі навчання й виховання (суперечності між ресурсами особистості та вимогами, які їй висуваються); у здійсненні професійної діяльності фітнес-тренера (суперечності між педагогічною та ринковою аспектами діяльності фітнес-тренера); у комерціалізації поняття «освітня послуга» та несумісності товарних відносин у навчально-виховному процесі. Філософське положення про діалектичну єдність змісту й форми викликає необхідність постійного коригування й узгодження між собою змісту, форм, методів, засобів навчання і виховання тощо.

Екзистенціальний підхід дозволяє спрямувати професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти на створення умов для формування в студентів власної системи цілей і мотивів, рефлексії, усвідомлення важливості морального вибору й відповідальності за нього, формування пріоритету цінності творчості та праці.

Системний підхід дозволяє розглядати професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як відкриту педагогічну систему, яка характеризується наявністю системоутворювального, системорегулюючого і системонаповнюючого чинників; доцільністю системи; наявністю інтеграційних якостей та певної структури; функції системи та її компонентів, які обумовлюють спрямованість системи на досягнення певного результату; наявністю прямих і зворотних зв'язків та стійкістю системи до зовнішніх впливів.

Соціокультурний підхід передбачає необхідність орієнтації стратегічних та тактичних завдань професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти на фактори соціокультурної ситуації, як-от: комерціалізація сфери фізичної культури і спорту,

глобалізація, втрата духовних орієнтирів суспільства, наявність феномену типології поколінь.

Акмеологічний підхід – методологія, яка розглядає професійно-педагогічну підготовку в двох аспектах: з одного боку як процес досягнення особистістю певного рівня професійного розвитку, з іншого – як певний етап у процесі досягнення людиною вищого рівня досконалості (акме). З позицій цього підходу, завданнями професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів є формування в студентів акмеологічної спрямованості особистості як якісної характеристики загальної спрямованості особистості, що орієнтує людину на прогресивний розвиток (у тому числі, професійний), на максимальну професійну та особистісну самореалізацію. Вирішення цієї задачі буде сприяти посиленню навчальної та професійної мотивації, успішній адаптації до професійної діяльності після закінчення закладу вищої освіти, виявленню та ефективному використанню особистісних ресурсів для побудови успішної кар'єри та формуванню в майбутньому професійної майстерності, зокрема індивідуального (авторського) вміння. Усе вищевказане набуває особливого значення в умовах зростаючої конкуренції на ринку праці фітнес-послуг.

З позиції *компетентнісного підходу* професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти повинна бути зорієнтована на результат, тобто поступове формування в студента професійних компетентностей як динамічного та інтегративного поєднання знань, розуміння, навичок, умінь і здатностей особистості, що забезпечують їх ефективне застосування в самостійній професійній діяльності.

Професіографічний підхід передбачає з'ясування професіографічних складників діяльності фітнес-тренера, зокрема професійно важливих якостей і властивостей особистості, як основи для початкового етапу проектування змісту професійної підготовки майбутнього фітнес-тренера.

Особистісний підхід дозволяє розглядати особистість студента як центральний об'єкт навчального процесу в закладах вищої освіти, вимагає визнання унікальності особистості, її інтелектуальної й моральної свободи, права на повагу; передбачає створення в навчанні й вихованні відповідних умов для природного процесу саморозвитку задатків і творчого потенціалу особистості майбутніх фітнес-тренерів.

Реалізація особистісного підходу передбачає розробку системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів з урахуванням їхніх базових потреб, очікувань, рівня професійної та навчальної мотивації та індивідуально-типологічних особливостей.

З позицій *діяльнісного підходу* провідною цінністю системи професійної підготовки майбутніх фахівців є зміст та функції діяльності, яка засвоюється на основі взаємодії, взаємообумовленості діяльності викладача і студентів, спрямованої на вирішення навчально-професійних завдань.

Технологічний рівень методології дослідження передбачає *розробку програми дослідження та вибір методів дослідження*, що включає обґрунтування актуальності теми, формулювання проблеми, визначення об'єкта і предмета, цілей і завдань дослідження, попередній системний аналіз проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, розробку концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, обґрунтування відповідної системної моделі, визначення критеріїв ефективності системи професійної підготовки та вибір методів дослідження.

Сформульовано положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка має таку структуру: загальні положення, понятійно-категоріальний апарат, теоретико-методологічні основи, ядро концепції (сукупність закономірностей і принципів функціонування педагогічної системи), змістовно-сміслове наповнення та шляхи верифікації концепції:

1. Метою Концепції є теоретико-методологічне та технологічне обґрунтування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців), суспільства та зарубіжного досвіду, спрямована на формування професійної компетентності випускників за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» (спеціалізацією «Фітнес-тренер»), що дозволить їм після завершення освітньої програми успішно реалізовувати діяльність з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

2. В основу Концепції покладено нормативно-правові акти та положення, фундаментальні теорії вітчизняних та закордонних учених, у яких знайшли своє відображення теорії сучасної загальної педагогіки,

теорії педагогічних систем, теорії особистості, компетентнісний підхід в освіті, аспекти професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту, положення теорії та методики спортивного тренування та фізичного виховання, системи спорту для всіх, концептуальні основи дитячого фітнесу, теоретико-методичні розробки індивідуалізації та диференціації навчання, контекстного, інтерактивного та проблемного навчання.

3. Понятійно-категоріальний апарат Концепції поєднує комплекс таких понять, як: «професія», «професіограма», «модель фахівця», «готовність», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «результати навчання», «професійна підготовка», «заклад вищої освіти», «фітнес», «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти».

4. Теоретико-методологічними підставами для дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти слугували сукупність діалектичного, екзистенціального, системного, соціокультурного, акмеологічного, компетентнісного, професіографічного, особистісного та діяльнісного підходів.

5. Стратегія професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти повинна віддзеркалювати причинно-наслідкові зв'язки й залежності зумовлені соціально-економічними, політичними, культурологічними факторами, та відповідати таким вимогам: узгодженість із запитами ринку фітнес-послуг (*принцип ринкової конгруентності*); спрямованість на виховання морально-етичних, духовних та професійних цінностей студентів (*принцип гуманізації*); зорієнтованість на стимуляцію активного навчання студентів (*принцип студенто-орієнтованості*); фундаментальність, цілісність надання інформації та єдність наукових досліджень і навчальної діяльності (*принцип фундаменталізації та науковості*); спрямованість професійної підготовки на розвиток системного та критичного мислення в майбутніх фітнес-тренерів (*принцип інтелектуалізації*); стандартизованість в частині визначення інтегральних, загальних та спеціальних компетентностей, результатів навчання, форм атестації здобувачів вищої освіти змісту та вимог до забезпечення якості вищої освіти для

здобуття освітнього ступеня бакалавра галузі знань – 01 «Освіта», спеціальності – 017 «Фізична культура і спорт» та спеціалізації «Фітнес та рекреація» (*принцип стандартизації*); демонстрація академічної чесності студентами і науково-педагогічними працівниками (*принцип академічної чесності*).

6. Система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти розглядається нами як цілісна педагогічна система, що утворюється упорядкованою сукупністю об'єктивно взаємопов'язаних та взаємообумовлених структурних елементів, об'єднаних між собою стратегічною метою – формуванням професійної компетентності фахівця, де системоутворюючим фактором є соціальне замовлення, зміст професійної діяльності фітнес-тренера та мета професійної підготовки, системорегулюючим фактором – комплекс принципів, системонаповнюючим фактором – зміст, засоби, форми педагогічного впливу, педагогічні умови, суб'єкти тощо (принцип системності).

7. Ефективність системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти залежить від урахування загальнодидактичних та специфічних закономірностей навчання та повинна відповідати таким вимогам, як: компетентісно-інтегративний характер проектування та викладання навчальних програм з їх орієнтацію на специфіку професійної діяльності фітнес-тренера (*принцип міждисциплінарності*); спрямованість завдань, змісту, форм і методів професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів на формування спеціальних професійних компетентностей та особистісних якостей фахівця, які не є визначальними для представників інших спеціалізацій спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», хоча і ґрунтуються на них (*принцип професійної специфічності*); необхідність формування в майбутніх фітнес-тренерів значного обсягу технічних навичок з різних напрямів фітнесу (*принцип рухової поліфункціональності*); застосування комплексу специфічних методів навчання руховим діям у процесі технічної підготовки на основі формування в майбутніх фітнес-тренерів як смислової, так і сенсомоторної інформації про рух (*принцип смислової і перцептивної наочності*); упровадження з першого по четвертий курси навчання дисциплін професійно-прикладної спрямованості, проходження практик

за профілем майбутньої роботи та волонтерської діяльності (*принцип ранньої професіоналізації*); реалізація діалектичного балансу між застосуванням традиційних для педагогіки, теорії та методики фізичного виховання і спорту засобів, методів, форм навчання та застосуванням інноваційних ідей (*принцип єдності традиції та інновацій*); урахування пізнавального стилю, психофізіологічних та індивідуально-типологічних особливостей студентів, рівня базових знань та навичок, професійного досвіду, типу сформованої мотивації, спрямованості особистості, схильностей та інтересів студентів, їх світоглядних та національних цінностей, соціальних та когнітивних характеристик молодого покоління (*принцип диференціації та індивідуалізації*); здійснення продуктивної творчої взаємодії студентів та викладачів, за умов координуючої ролі останніх (*принцип евристичної інтерактивності*); формування в майбутніх фітнес-тренерів здатності до самостійного пошуку, переробки, засвоєння інформації; самостійного набуття, удосконалення професійних навичок та навчання методам самостійного отримання знань, умінь і навичок (*принцип самостійності*).

8. Змістовно-процесуальним наповненням та основою практичної реалізації Концепції виступає модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка має системний характер, враховує соціальний запит на підготовку фітнес-тренерів, зміст професійної діяльності, включає взаємопов'язані та взаємообумовлені блоки: цільовий, концептуальний, змістовий, технологічний, результативний – та суб'єкту підструктуру: викладач, студент, група.

9. Верифікація положень Концепції може бути здійснена емпіричним шляхом (теоретико-методологічні підходи та понятійно-категоріальний апарат), шляхом констатуючого педагогічного експерименту (положення ядра Концепції) та формувального експерименту (система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти).

Розроблена та теоретично обґрунтована модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка складається з п'яти блоків: цільового, що визначає мету й завдання професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та є системоутворювальним елементом моделі; концептуального,

який виконує системорегулюючу функцію, визначає загальну стратегію й тактику проектування професійної підготовки та охоплює методологічні підходи, принципи й понятійно-категоріальний апарат; змістовий, який розкриває інформаційну складову професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; технологічний, який відображає реалізаційну складову навчальної, виховної та розвивальної функцій спільної діяльності викладача, студента й групи та включає організаційно-методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти й логіку структурування навчального плану; результативний, який охоплює такі елементи, як: критерії та показники сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, на основі яких визначається рівень професійної підготовки студентів – високий, середній, низький; відповідний діагностичний інструментарій. Крім означених компонентів та елементів системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, її модель передбачає наявність чітких прямих і зворотних субординаційних або координаційних відношень між собою.

Обґрунтовані педагогічні умови, які забезпечують можливість цілеспрямованого педагогічного впливу на студентів: формування професійно-мотиваційного виховного простору; адаптивність та гнучкість навчального процесу; взаємодія закладу вищої освіти та підприємств ринку фітнес-послуг; етапність організації навчального процесу; забезпечення зворотного зв'язку при взаємодії викладачів і студентів.

З метою виявлення внутрішнього контексту моделі постає необхідність у детальному розгляді змістового та технологічного блоків моделі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

РОЗДІЛ 5

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

5.1 Програмне забезпечення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Практична реалізація освітньої програми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти передбачає розробку відповідного науково-методичного та організаційного забезпечення.

Загальноприйнятим є те, що науково-методичне забезпечення навчального процесу становлять: державні та галузеві стандарти вищої освіти; навчальні плани закладу вищої освіти; навчальні та робочі програми з усіх нормативних і вибіркових навчальних дисциплін; програми практик; навчально-методичну, наукову та довідникову літературу.

Розглянемо детальніше означені складові науково-методичного забезпечення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

У 2013 році нами зі співавторами було розроблено галузевий стандарт вищої освіти України з галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» з напрямку підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» – ГСВОУ ОКХ 6.010203-13 (затверджений Наказом Міністерства освіти і науки України № 618 від 28.05.2013 року). Цей документ передбачав розробку таких його складових, як: освітньо-кваліфікаційну характеристику (ОКХ), зокрема варіативну її частину за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація»; відповідну освітньо-професійну програму (ОПП) та засоби діагностики якості вищої освіти (ЗД) [127].

ОКХ встановлювала: освітні та кваліфікаційні вимоги до системи набутих загальних (інструментальних, міжособистісних, системних), базових професійних компетентностей бакалавра зі здоров'я людини та спеціальних професійних компетентностей бакалаврів зі здоров'я людини з урахуванням професійного спрямування «Фітнес та рекреація»; професійне призначення та умови використання випускників за

результатами набутих загальних і професійних компетентностей; вимоги до атестації бакалаврів зі здоров'я людини та відповідальність за якість освіти та професійної підготовки.

В ОКХ було вказано, що бакалавр з напрямку підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація» повинен бути підготовленим до таких видів економічної діяльності за Національним класифікатором України ДК 009:2010 «Класифікатор видів економічної діяльності»: 85.51 Освіта у сфері спорту та відпочинку; 93.12 Діяльність спортивних клубів; 93.13 Діяльність фітнес-центрів; 93.19 Інша діяльність у сфері спорту; 93.29 Організація інших видів відпочинку та розваг; 96.04 Діяльність із забезпечення фізичного комфорту. У документі зазначено, що бакалавр з напрямку підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» може обіймати такі первинні посади: 3475 Фітнес-тренер; 3114 Фахівець із організації дозвілля; 3475 Інструктор з аеробіки; 3114 Інструктор оздоровчо-спортивного туризму (за видами туризму); 3475 Інструктор-методист тренажерного комплексу (залу).

Формування загальних і базових професійних компетентностей бакалавра зі здоров'я людини, а також спеціальних професійних компетентностей забезпечувалося навчальними дисциплінами (нормативною й варіативною частинами ОПП).

ОПП визначала термін і зміст навчання (перелік навчальних дисциплін), встановлювала вимоги до обсягу й змісту професійної підготовки фахівця освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавра галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» з напрямку підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» в його нормативній та варіативній частині, у тому числі за кваліфікацією 3475 «Фітнес-тренер».

У цьому Галузевому стандарті було вказано, що варіативна частина ОПП підготовки бакалавра складається з навчальних дисциплін самостійного вибору закладу вищої освіти (не більше 70 %) та вільного вибору студента – (не менше 30 %).

На основі вимог і рекомендацій ОПП розроблювалися навчальні плани закладу вищої освіти, на основі яких здійснювалося планування та організація навчального процесу.

Навчальний план – це документ, який визначає перелік і обсяг нормативних і вибіркового навчальних дисциплін, послідовність їх вивчення та кількість годин (кредитів), що відводяться на їх вивчення,

чітко окреслює кількість годин, що відводяться на лекції, лабораторно-практичні та семінарські заняття, самостійну роботу студентів, терміни виконання курсових робіт, складання заліків та іспитів. На основі навчального плану складається потижневий графік навчального процесу.

Проаналізуємо зміст експериментального навчального плану підготовки бакалавра галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» з напрямку підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація», який було розроблено в Національному університеті фізичного виховання і спорту України.

Як видно з таблиці 5.1, освітньо-професійна програма підготовки бакалавра з напрямку 6.010203 «Здоров'я людини» (професійне спрямування «Фітнес та рекреація») передбачає засвоєння майбутніми фітнес-тренерами циклу дисциплін гуманітарної та соціально-економічної підготовки (ГСЕП), природничо-наукової (фундаментальної) підготовки (ПНФП), загально-професійної підготовки (ЗПП) та професійної і практичної підготовки (ППП). При цьому, цикл дисциплін професійної і практичної підготовки складає найбільший відсоток від загальної кількості кредитів – 45 %. Цикл дисциплін гуманітарної та соціально-економічної підготовки (ГСЕП) та цикл дисциплін природничо-наукової (фундаментальної) підготовки (ПНФП) складає 15% відповідно, а цикл дисциплін загально-професійної підготовки (ЗПП) – 25%.

Таблиця 5.1

Розподіл змісту освітньо-професійної програми за циклами підготовки бакалавра з напрямку 6.010203 «Здоров'я людини» (професійне спрямування «Фітнес та рекреація»)

Цикли підготовки	Кредити ЄКТС
I. Цикл дисциплін гуманітарної та соціально-економічної підготовки (ГСЕП), у тому числі нормативна частина	36 (15%)
II. Цикл дисциплін природничо-наукової (фундаментальної) підготовки (ПНФП), у тому числі нормативна частина	36 (15%)
III. Цикл дисциплін загально-професійної підготовки (ЗПП), у тому числі нормативна частина	60 (25%)
IV. Цикл дисциплін професійної і практичної підготовки (ППП), у тому числі нормативна частина: навчальні дисципліни; практика	108 (45%)
Разом за циклами підготовки, у тому числі нормативна частина	240 (100%)

Аналіз розподілу дисциплін на різних курсах навчання дозволяє зробити висновок, що на I курсі передбачена значна кількість дисциплін

природничо-наукової (фундаментальної) підготовки (29,5 кредитів) та 14,5 кредитів – дисциплін загально-професійної підготовки (табл. 5.2).

Таблиця 5.2

Діаграма нормативної та варіативної частини ОПП підготовки бакалавра з напрямку 6.010203 «Здоров'я людини» (професійне спрямування «Фітнес та рекреація»), I рік навчання

Шифр	Назва дисципліни	Кредити ЄКТС
Нормативна частина		
ГСЕП	Історія України	3
ГСЕП	Історія української культури	2
ГСЕП	Іноземна мова	5
ПНФП	Анатомія людини	9
ПНФП	Біохімія	5
ПНФП	Фізіологія	5
ПНФП	Біологія	2,5
ПНФП	Комп'ютерна техніка й математичні методи у фізичному вихованні і спорті	3
ПНФП	Гігієна	3
ПНФП	Екологія	2
ЗПП	Вступ до спеціальності	2,5
ППП	Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності	3
Разом нормативна частина		45
Варіативна частина		
ГСЕП	Українська мова (за професійним спрямуванням)	3
ЗПП	Основні засоби фізичного виховання у навчальних закладах	12
	Гімнастика	1,5
	Спортивні та рухливі ігри	1,5
	Легка атлетика	2
	Плавання	2
	Спортивні танці	1,5
	Лижна підготовка	2
	Футбол і міні-футбол	1,5
Разом варіативна частина		15
Разом		60

Зміст навчального плану першого року навчання має універсальну спрямованість та пропонується всім студентам, які навчаються за напрямом «Здоров'я людини» (без розподілу на професійні спрямування).

Ми вважаємо, що вивчення майбутніми фітнес-тренерами дисципліни «Основні засоби фізичного виховання у навчальних закладах» (змістові модулі «Гімнастика», «Спортивні та рухливі ігри», «Легка атлетика», «Плавання», «Спортивні танці», «Лижна підготовка», «Футбол

і міні-футбол») забезпечить формування у них базових рухових навичок для подальшої спеціалізації.

Разом з тим, паралельне викладання таких фундаментальних дисциплін, як: «Анатомія людини», «Біохімія», «Фізіологія людини» та «Біологія» – буде сприяти розвитку системного мислення та свідомому сприйняттю навчального матеріалу.

Не менш значущим на першому курсі є вивчення «Вступу до спеціальності», основними завданнями якого є формування в студентів уявлення про сучасний характер функціонування сфери фізичного виховання, спорту та фізкультурно-оздоровчих послуг, специфіку майбутньої професійної діяльності фахівця за спеціальністю «Фізична культура і спорт», комплексу вмінь з ведення самостійної роботи. Варто зауважити, що на практичних заняттях з цієї дисципліни, які проводять викладачі кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України, обов'язковим елементом навчання є складання студентами портфоліо, яке спрямоване на вироблення у них навичок рефлексії.

Крім того, навчальним планом передбачено викладання такої дисципліни циклу професійної і практичної підготовки майбутнього фітнес-тренера, як «Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності». Вивчаючи цю дисципліну, студенти мають можливість оволодіти базовими навичками з фітнес-технологій: аеробіки, силового фітнесу та аквафітнесу. Важливим результатом професійної підготовки на I курсі навчання є забезпечення адаптації майбутніх фітнес-тренерів до навчального середовища та формуванню в них навчальної й професійної мотивації.

На другому році навчання збільшується частка методичних дисциплін загально-професійного та професійно-практичного циклу (табл. 5.3).

До них можна віднести такі дисципліни, як: «Теорія і методика фізичного виховання», «Загальна теорія здоров'я», «Основи науково-дослідної роботи», «Педагогіка», «Психологія», «Масаж загальний та самомасаж», «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» та «Методика навчання основ здоров'я». На нашу думку, оволодіння знаннями та уміннями з цих дисциплін сприяє практико-орієнтованому сприйняттю теоретичного матеріалу. Разом з тим, на II

курсі, вивчаючи дисципліну «Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності», майбутні фітнес-тренери продовжують оволодівати базовими технічними навичками з рекреаційних технологій та фітнес-технологій. Важливим, на нашу думку, є те, що вже на II курсі майбутні фітнес-тренери мають можливість ознайомитися з організаційною структурою об'єктів фітнес-індустрії під час проходження ознайомчої практики та оволодіти первинним професійним досвідом.

Таблиця 5.3

Діаграма нормативної та варіативної частини ОПП підготовки бакалавра з напрямку 6.010203 «Здоров'я людини» (професійне спрямування «Фітнес та рекреація»), II рік навчання

Шифр	Назва дисципліни	Кредити ЄКТС
Нормативна частина		
ПНФП	Фізіологія людини	4
ПНФП	Безпека життєдіяльності	1,5
ПНФП	Вікова анатомія та фізіологія	3
ЗПП	Теорія і методика фізичного виховання	4
ЗПП	Загальна теорія здоров'я	4
ЗПП	Основи науково-дослідної роботи	2,5
ЗПП	Психологія	4
ЗПП	Педагогіка	4
ППП	Основи фізичної реабілітації	3,5
ППП	Масаж загальний та самомасаж	3
ППП	Методика навчання основ здоров'я	3,5
ППП	Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності	2
ППП	Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності	5
Разом нормативна частина		44
Варіативна частина		
ГСЕП	Іноземна мова	4
ЗПП	Основи медичних знань	3
ЗПП	Хронічні неінфекційні захворювання: фактори ризику, напрями профілактики та реабілітації	3
ЗПП	Фізіологія рухової активності	3
ПП	Ознайомча практика (за професійним спрямуванням)	3
Разом варіативна частина		16
Разом		60

На III курсі значно збільшується обсяг дисциплін циклу професійної і практичної підготовки. Зокрема, вводиться дисципліна «Рекреаційні

технології», яка пропонується тільки лише студентам, які навчаються за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація» (табл. 5.4).

Таблиця 5.4

**Діаграма нормативної та варіативної частини ОПП підготовки
бакалавра з напрямку 6.010203 «Здоров'я людини»
(професійне спрямування «Фітнес та рекреація»),
III рік навчання**

Шифр	Назва дисципліни	Кредити ЄКТС
Нормативна частина		
ГСЕП	Основи економічної теорії та управління сферою ФКіС	3
ГСЕП	Філософія	3
ЗПП	Основи здорового способу життя	4
ЗПП	Долікарська медична допомога у невідкладних станах	3
ПП	Педагогічна практика (зі спец. курсом)	8
ППП	Основи раціонального харчування	3
ППП	Діагностика і моніторинг стану здоров'я	4
	Курсова робота	
Разом нормативна частина		28
Варіативна частина		
ГСЕП	Історія спортивного та олімпійського руху	3
ПНФП	Біомеханіка	4
ЗПП	Медико-біологічні аспекти рухової активності	3
ЗПП	Педагогічна майстерність	3
ППП	Рекреаційні технології	19
	Теоретичні основи фізичної рекреації	2,5
	СПА-технології	3,5
	Зимові види рекреації	1,5
	Велосипедний туризм	1,5
	Рекреаційні ігри (більярд)	1,5
	Рекреаційні ігри	2,5
	Оздоровчий туризм та орієнтування	3,5
	Похід	2,5
Разом варіативна частина		32
Разом		60

Як видно з таблиці 5.4, дисципліна «Рекреаційні технології» є досить об'ємною, побудована за модульним принципом та складає 19 кредитів – 570 годин (у тому числі, на самостійну роботу відводиться 304 години).

Складовими дисципліни є наступні змістові модулі: 1. «Теоретичні основи фізичної рекреації» (лекцій – 8 годин, практичних занять – 12 годин); 2. «СПА- технології» (лекцій –10 годин, практичних занять –

40 годин); 3. «Зимові види рекреації» (лекцій – 2 години, практичних занять – 20 годин); 4. «Велосипедний туризм» (лекцій – 2 години, практичних занять – 20 годин); «Рекреаційні ігри» (лекцій – 4 години, практичних занять – 52 години), «Оздоровчий туризм та орієнтування» (практичних занять – 60 годин), «Похід» (практичних занять – 36 годин).

За підсумками вивчення дисципліни «Рекреаційні технології» студент повинен знати сутність понять «активний відпочинок», «фізична рекреація» та «принципи фізичної рекреації»; типізацію і класифікацію видів рекреаційних занять та послуг; основні вимоги до організації та проведення рекреаційних занять з різними верствами населення; завдання та роль туризму в системі рекреації; оздоровлення населення; програмно-нормативні та організаційні засади туризму; правила організації та проведення масових походів та змагань з туризму й орієнтування на місцевості; технологію розробки анімаційних програм з елементами туризму та орієнтування; методика організації та проведення занять та змагань з більярду; методика організації та проведення рекреаційних занять з велосипедного та лижного туризму.

За підсумками вивчення дисципліни «Рекреаційні технології» студент повинен уміти розробляти індивідуальні та групові програми з використанням засобів фізичної рекреації та SPA-технологій для осіб різного віку; демонструвати елементи техніки та тактики туризму; користуватися спортивною картою; забезпечити заходи з безпеки занять туризмом; організувати та проводити похід вихідного дня; розробляти та проводити анімаційні заходи з елементами туризму та орієнтування; визначати оздоровчий ефект рекреаційних занять на організм тих, хто займається; проводити структурно-функціональний аналіз роботи клубного SPA; здійснювати аналіз послуг клубного SPA в Україні та за кордоном; проводити рекреаційні ігри, в т.ч. заняття з більярду, а також з велосипедного та лижного туризму.

У табл. 5.5 наведено фрагмент навчальної робочої програми з дисципліни «Рекреаційні технології», зокрема змістового модуля «СПА-технології».

Аналіз змісту практичних занять за модулем «СПА-технології» свідчить, що майбутній фітнес-тренер має можливість набути універсальних навичок зі здоров'язберігаючих технологій та в результаті стати більш затребуваним на ринку фітнес-послуг.

Таблиця 5.5

Теми практичних занять змістового модулю «СПА-технології»

№ з/п	Назва теми	Обсяг
1	Поняття «SPA» та Wellness». Історія виникнення.	2
2	Класифікація підприємств «SPA» та Wellness»-спрямування. Нормативна документація	2
3	Загальна характеристика SPA – технологій	2
4	Стандартні методики надання гідропроцедур	4
5	Стандартні методики використання ефірних та жирних олій	4
6	Стандартні методики використання банно-оздоровчих технологій	4
7	Стандартні методики таласотерапії	2
8	Масажні техніки в SPA- та Wellness-технологіях	4
9	Технології складання SPA-програм	4
10	Професійні косметичні засоби та методика їх використання для SPA- та Wellness-технологій	2
11	Організація, технології, обладнання. Особливості роботи «Клубного SPA».	2
12	Методика проведення технологічних процесів. Професійне обладнання	2
13	Стандарти сервісу, SPA-етикет. Правила та стандарти SPA підприємств.	2
14	Консалтинг SPA та Wellness-підприємств	2
15	Перспективи розвитку SPA-туризму. Проектування послуг зі SPA-туризму	2
Разом		40

Одну з провідних позицій у змісті підготовки майбутніх фітнес-тренерів до застосування рекреаційних технологій займає змістовий модуль «Оздоровчий туризм та орієнтування» (табл. 5.6).

Таблиця 5.6

**Тематичний план змістового модулю
«Оздоровчий туризм та орієнтування»**

№ з/п	Назва теми	Обсяг
1	Технологія розробки анімаційних програм з елементами орієнтування: <ul style="list-style-type: none"> - технічна підготовка орієнтувальника; - тактична підготовка орієнтувальника; - орієнтування на місцевості в заданому напрямку; - орієнтування на місцевості за вибором; - організація і проведення змагань з рекреаційного орієнтування; - орієнтування «за фотографією», «ромашка», «за азимутом» та ін. 	26

2	Технологія розробки програм туристської анімації: <ul style="list-style-type: none"> - організація і проведення урбо-квесту; - проведення урбо-квесту за розробленими програмами; - методичні основи туристської підготовки; - фізична підготовка туриста; - техніко-тактична підготовка туриста; - основи техніки подолання природних перешкод; - особливості використання пішохідного та гірського туризму; - особливості використання водного туризму; - особливості використання лижного туризму; - особливості використання велосипедного туризму; - особливості використання спелеотуризму; - організація і проведення туристських походів; - організація оздоровчих наметних таборів. 	24
3	Основи організації екскурсійної діяльності: <ul style="list-style-type: none"> - фізико-географічне й туристично-класифікаційне районування територій; - розробка екскурсій за завданням. 	10
Разом		60

Оцінювання рівня знань студентів за дисципліною «Рекреаційні технології» відбувається відповідно до кредитно-модульної системи й передбачає отримання студентом 100 балів за 1 модуль (сумарно за ті змістовні модулі, які викладаються в першому півріччі навчального року) та 100 балів за друге півріччя. У кінці року студент складає екзамен.

Зауважимо, що за навчальним планом, студенти III року навчання повинні оволодіти важливими для фітнес-тренера навичками з діагностики й моніторингу стану здоров'я, долікарської медичної допомоги в невідкладних станах, консультування з раціонального харчування. За програмами цих дисциплін передбачено засвоєння не тільки загально-професійних знань та умінь, але й прикладних компетенцій, що пов'язані з діяльністю фітнес-тренера.

Крім того, при формуванні змісту таких навчальних дисциплін нормативної частини, як: «Психологія», «Педагогіка», «Загальна теорія здоров'я» та «Основи науково-дослідної роботи» – враховувалася специфіка діяльності фітнес-тренера. У зв'язку з цим

науково-педагогічні працівники, які викладають дисципліни циклу гуманітарної та соціально-економічної, природничо-наукової (фундаментальної) підготовки, загально-професійної підготовки повинні знати специфіку професійної діяльності майбутніх фітнес-тренерів, їх провідні професійні функції і концентрувати на них увагу в процесі викладання.

Виконання курсової роботи є видом навчальної діяльності, виконання якої надає студентам можливості поширити рівень знань щодо досліджуваної проблематики за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація» та сформувати навички системного мислення. До тематичних напрямів, які пропонуються студентам на вибір, належать такі, як: «Професіограма фітнес-тренера», «Побудова фітнес-програм з напрямів оздоровчого фітнесу для різних груп населення», «Побудова фітнес-програм профілактичної спрямованості для осіб з факторами ризику виникнення захворювань», «Фактори здорового способу життя та технології їх формування», «Інноваційні засоби та методи оздоровчого фітнесу», «Менеджмент та маркетинг у фітнес-індустрії», «Розробка рекреаційних технологій для різних груп населення», «Ефективність фітнес-програм різної спрямованості», «Професійна підготовка майбутнього фітнес-тренера», «Адаптація майбутніх фітнес-тренерів до навчального процесу», «Соціологічний моніторинг розвитку фітнес-індустрії» та ін.

На IV році навчання частка дисциплін циклу професійної і практичної підготовки складає більше половини від загального часу (табл. 5.7).

До таких дисциплін ми відносимо такі: «Професійна майстерність (за професійним спрямуванням)», «Фітнес-технології» та проходження практики за профілем майбутньої роботи. Так, дисципліною «Професійна майстерність», навчальна програма якої була розроблена автором, передбачено наступні форми навчання: лекцій – 10 годин, практичних занять – 26 годин, самостійних занять – 54 години. Підсумковий контроль проводиться у формі екзамену.

Таблиця 5.7

**Діаграма нормативної та варіативної частини ОПП підготовки
бакалавра з напрямку 6.010203 «Здоров'я людини»
(професійне спрямування «Фітнес та рекреація»),
IV рік навчання**

Шифр	Назва дисципліни	Кредити ЄКТС
Нормативна частина		
ГСЕП	Соціальні науки і право	5
ЗПП	Основи охорони праці	3
ЗПП	Основи менеджменту, маркетингу та адміністрування	3
ЗПП	Психологія здоров'я і здорового способу життя	3
ППП	Професійна майстерність (за професійним спрямуванням)	3
ППП	Практика за профілем майбутньої роботи	7
	Дипломна робота	
Разом нормативна частина		24
Варіативна частина		
ПНФП	Інформатика та інформаційні технології у ФКіС	4
ЗПП	Спортивна медицина	3
ЗПП	Основи теорії та методики підготовки спортсменів	3
ЗПП	Психофізіологія рухової активності	3
ППП	Фітнес-технології	23
	Силовий фітнес	6
	Функціональний тренінг	3
	Аеробіка	6
	Ментальний фітнес	5
	Аквафітнес	3
Разом варіативна частина		36
Разом		60

У таблиці 5.8 наведено фрагмент навчальної програми дисципліни «Професійна майстерність».

Таблиця 5.8

Теми практичних занять дисципліни «Професійна майстерність»

№ з/п	Назви тем	Годин	
		Лекції	Практичні заняття
1	Понятійний апарат дисципліни: «професійна майстерність», «компетентність», «конкурентоспроможність», «психограма» «профпридатність», «професіограма», «фітнес-послуга», «бренд».	2	2
2	Планування власної кар'єри. Етапи постановки мети. Аналіз ресурсів. Фактори конкурентоздатності. Досвід професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у зарубіжних країнах.	2	4

Продовження табл. 5.8

3	Теоретичні та практичні засади ефективної комунікації у фітнесі. Психологія «продажу» фітнес-послуги. Профілактика та корекція конфліктної поведінки. Типологія «клієнтів».	2	6
4	Основи ораторської майстерності. Структура публічного повідомлення. Тренінг.	2	4
5	Основи управління мотивацією споживачів фітнес-послуг. Класифікація мотиваторів. Урахування індивідуально-типологічних особливостей клієнта. Специфіка роботи в груповому та персональному форматі.	2	4
6	Професійно-значущі якості особистості фітнес-тренера. Тренінг емпатії, комунікативних та лідерських якостей. Складання бакалаврського портфоліо.	-	4
7	Профілактика синдрому «професійного вигорання». Методи профілактики. Тайм-менеджмент.	-	2
Разом		10	26

Після вивчення дисципліни «Професійна майстерність» студенти повинні знати: 1) структуру, зміст професійної діяльності фітнес-тренера, етапи кар'єрного зростання, а також шляхи підвищення кваліфікації; 2) чинники, що визначають конкурентоздатність у сфері оздоровчого фітнесу; 3) технологію планування власної професійної кар'єри та саморозвитку; 4) зарубіжний досвід професійного становлення фахівця у сфері фітнесу; 5) характеристику професіограми фітнес-тренера; 6) структуру публічного повідомлення; 7) фінансово-економічні аспекти діяльності фітнес-тренера; 8) особливості роботи фітнес-тренера в груповому та персональному форматі; 9) методи тайм менеджменту та засоби профілактики синдрому «професійного вигорання»; 10) правила безконфліктного спілкування.

Вивчивши дисципліну «Професійна майстерність», студенти повинні вміти: 1) прогнозувати тенденції розвитку галузі; 2) оцінювати власний професійний і особистісний потенціал; 3) планувати власну професійну кар'єру; 4) прогнозувати конфлікти в процесі спілкування з клієнтом та застосовувати безконфліктні методи ведення бесіди та переконання; 5) володіти методами психічної саморегуляції; 5) демонструвати методи розвитку професійно-значущих якостей фітнес-тренера; 7) застосовувати різні способи мотивування клієнтів до здорового способу життя.

Оцінювання рівня результатів навчання з дисципліни «Професійна майстерність» відбувається відповідно до кредитно-модульної системи.

Студент може отримати 100 балів за такі види робіт: експрес-контроль на лекційних заняттях – 10 балів; робота на практичних заняттях – 60 балів; складання портфоліо – 5 балів; екзамен – 25 балів.

Дисципліною, з позицій якої завершується формування праксеологічної компетентності майбутнього фітнес-тренера, є «Фітнес-технології» (23 кредити – 358 аудиторних годин та 358 годин самостійної роботи). Дисципліна складається зі змістових модулів: «Силовий фітнес», «Аеробіка», «Ментальний фітнес», «Аквааеробіка», «Функціональний тренінг».

Після вивчення дисципліни «Фітнес-технології» студент повинен знати сутність понять «фітнес», «фітнес-технології»; типізацію і класифікацію напрямків оздоровчого фітнесу; технологію розробки програм з напрямів фітнесу; організацію проведення первинної співбесіди з клієнтом для обговорення мети фітнес-програм, уподобань стосовно фізичних вправ, очікуваних результатів, умов та місця тренувань; техніку безпеки використання спеціального обладнання, поведінки в клубі, санітарно-гігієнічних вимог з метою запобігання травматизму.

Вивчивши дисципліну «Фітнес-технології», студент повинен вміти демонструвати фізичні вправи та навчати клієнтів правильній техніці їх виконання, у тому числі використанням обладнання з урахуванням рівня фізичної підготовленості та віку; розробляти програми занять силової, аеробної спрямованості із визначенням етапу, мети, загальних та спеціальних завдань, засобів, раціональних параметрів рухової активності, форм організації, методів контролю, критеріїв ефективності для людей різної статі, віку та фізичного стану; володіти базовими фітнес-технологіями з різних напрямків та видів оздоровчого фітнесу; розробляти програму профілактичних занять фізичними вправами для осіб, які мають фактори ризику виникнення захворювань серцево-судинної системи, обміну речовин, опорно-рухового апарату.

Розглянемо детально інформаційне наповнення кожного змістового модуля. У таблиці 5.9 представлено теми практичних занять зі змістового модуля «Силовий фітнес» (лекції – 8 годин, практичні заняття – 72 години).

Таблиця 5.9

Теми практичних занять змістового блоку «Силовий фітнес»

№ з/п	Назва теми	Обсяг
1	Методи силової підготовки, особливості їх використання у фітнесі. Структура заняття. Дозування навантажень, види прогресій у силовому фітнесі.	8
2	Техніка виконання базових та ізолюючих вправ для розвитку й корекції м'язів поясу верхніх кінцівок	12
3	Техніка виконання базових та ізолюючих вправ для розвитку й корекції найширших м'язів тулуба	4
4	Техніка виконання базових та ізолюючих вправ для розвитку й корекції м'язів черевного пресу.	6
5	Техніка виконання базових та ізолюючих вправ для розвитку й корекції м'язів нижніх кінцівок	18
6	Техніка виконання вправ для розвитку гнучкості під час занять силовим фітнесом.	4
7	Програмування занять силовим фітнесом для корекції маси в чоловіків із різними типами тілобудови.	10
8	Програмування занять силовим фітнесом для корекції маси тіла у жінок з різними типами тілобудови.	10
Разом		72

Самостійна робота студента в межах змістового модуля «Силовий фітнес» (й інших модулів дисципліни) передбачає самостійний пошук та засвоєння теоретичної інформації з анатомії опорно-рухового апарату, методики розвитку силових якостей, особливостей застосування інноваційного обладнання. Разом з тим, до самостійної роботи відноситься й самостійні практичні заняття, спрямовані на вдосконалення технічних навичок та розвиток силових якостей.

Проходження змістового модуля «Ментальний фітнес» (лекції – 4 години, практичні заняття – 72 години) забезпечує формування у студентів методичних та технічних навичок за системою Пілатеса. У таблиці 5.10 можна ознайомитися з переліком тем, які передбачено програмою «Фітнес-технології».

Теми практичних занять змістового блоку «Ментальний фітнес»

№ з/п	Назва теми
1	Поняття ментального фітнесу. Місце ментального фітнесу в сучасній фітнес-індустрії. Класифікація ментального фітнесу. Система Пілатеса: історія виникнення. Види шкіл за системою Пілатеса.
2	Принципи системи Пілатеса. Поняття «центру» на занятті пілатесом. Принципи організації тіла в різних вихідних положеннях.
3	Типи дихання під час занять за системою Пілатеса. Вихідні положення, які використовуються під час занять за системою Пілатеса.
4	Поняття вибудови тіла в системі Пілатеса.
5	Структура уроку з Пілатесу. Підбір вправ та правила побудови частини «розминка» в уроці за системою Пілатеса.
6	Види вправ та правила побудови основної частини уроку за системою Пілатеса.
7	Техніка виконання вправ «Hundred», «One leg stretch», «Double leg stretch», «Scissors», «One leg circle».
8	Техніка виконання вправ «Roll up», «Rolling back», «Shoulder bridge», «Spine twist», «Side kick».
9	Техніка виконання вправ «Side band», «Swimming», «Swan dive», «Leg pull prone», «Push up».
10	Техніка виконання вправ «The corkscrew», «Saw», «Single leg kicks», «Double leg kicks».
11	Техніка виконання вправ «Teasers», «Hip circles», «Rollover», «Rolling like a ball», «Crisscross».
12	Техніка виконання вправ «The bicycle», «The leg pull-down», «The leg pull-up», «Mermaid».
13	Застосування вправ за системою Пілатеса для корекції порушень постави.
14	Правила підбору музичного супроводу для занять за системою Пілатеса.
15	Обладнання та інвентар, що використовуються в уроці за системою Пілатеса: Pilates Ring, Pilates Big Ball
16	Правила техніки безпеки на заняттях за системою Пілатеса.
17	Особливості побудови занять за системою Пілатеса із різними групами населення
18	Зворотній зв'язок та індивідуальний підхід під час занять за системою Пілатеса.
19	Особливості використання системи Пілатеса для професійних спортсменів, артистів балету, тощо
20	Система Пілатеса для жінок у до- та післяпологовий період.

Змістовий модуль «Аеробіка» (лекції – 8 годин, практичні заняття – 72 години) включає значний обсяг знань за такими темами: 1. Аеробіка в

системі сучасного фітнесу. Історія виникнення і розвитку. Види аеробіки. 2. Структура аеробного класу. 3. Поняття інтенсивності на занятті з аеробіки. Методи контролю та корекція рівня навантаження. 4. К'юїнг на занятті з аеробіки. 5. Види команд в аеробіці. Голосові команди інструктора групових програм. Візуальні команди інструктора групових програм. 6. Характеристика музичного супроводу, що використовується на занятті з аеробіки. 7. Базові кроки в аеробіці. Кроки без зміни лідируючої ноги. Кроки зі зміною лідируючої ноги. 9. Майстерність інструктора групових програм. 10. Правила побудови та проведення вступної частини та підбір вправ розминки в занятті з аеробіки. 11. Підбір вправ та правила проведення частини «попередній стретчинг» у занятті з аеробіки. 12. Методи проведення основної частини заняття з аеробіки. Засоби досягнення мети аеробного тренування. 13. Лінійна прогресія. Принципи застосування методу. 14. Структурний метод проведення занять з аеробіки. Особливості застосування. 15. Правила складання плану-конспекту уроку з аеробіки. 16. Класифікація методів розучування комбінацій в аеробіці. 17. Базові методи розучування комбінацій в аеробіці. 18. Методи розучування комбінацій в аеробіці підвищеного рівня складності. 19. Модифікація кроків в аеробному тренуванні. 20. Техніка безпеки під час занять з аеробіки. 21. Заборонені вправи та рухи в аеробіці. 22. Особливості проведення частини «заминка» в аеробному класі. 23. Підбір вправ та правила організації групи під час проведення частини «силова ізольована робота» в аеробному класі. 24. Правила побудови та проведення заключної частини в аеробіці. 25. Додаткове обладнання та інвентар, що використовується на занятті з аеробіки. 26. Степ-аеробіка. Організація групи і простору для занять степ-аеробікою. 27. Правила роботи зі степ-платформою. Правила підбору музичного супроводу для занять степ-аеробікою. 28. Базові кроки в степ-аеробіці. 29. Методи розучування та модифікації кроків у степ-аеробіці. 30. Контроль інтенсивності навантаження під час роботи на степ-платформі. 31. Особливості побудови аеробних занять з різним контингентом. 32. Зворотній зв'язок та індивідуальний підхід під час аеробного тренування. 33. Попередження травматизму на заняттях з оздоровчої аеробіки.

Як видно з опису програми, майбутній фітнес-тренер, за умов успішного виконання всіх вимог за змістовим модулем «Аеробіка»,

здатний до проведення занять з аеробіки одразу після закінчення закладу вищої освіти без додаткової освіти.

Змістовий модуль «Функціональний тренінг» передбачає проведення лекцій – 6 годин, практичних занять – 38 годин. У таблиці 5.11 наведено фрагмент модуля з переліком тем практичних занять.

Таблиця 5.11

**Теми практичних занять змістового блоку
«Функціональний тренінг»**

№ з/п	Назви тем
1.	Місце напряму «функціональний тренінг» у сучасному фітнесі.
2.	Побудова занять з функціонального тренінгу.
3.	Характеристика кроссфіту (CrossFit). Техніка виконання вправ з арсеналу кроссфіту.
4.	Основи практичного застосування тренажерно-реабілітаційного комплексу «Kinesis» та особливості його використання.
5.	Техніка виконання вправ для розвитку та вдосконалення силових якостей з використанням «Kinesis».
6.	Техніка виконання вправ для розвитку та вдосконалення гнучкості та координаційних здібностей з використанням «Kinesis».
7.	Технологія побудови програм із використанням «TRX».
8.	Техніка виконання вправ із залученням верхньої частини тіла на функціональних петлях «TRX».
9.	Техніка виконання вправ із залученням нижньої частини тіла, червонного пресу на функціональних петлях «TRX».
10.	Технологія використання медболів під час занять фітнесом.
11.	Технологія використання гумових амортизаторів під час занять фітнесом.
12.	Технологія використання обладнання для тренування здатності до збереження рівноваги та балансу: «BOSU», «balastball», «balance board», «slackline».
13.	Технологія використання фітнес-обладнання: «Gymstick», «RIP», «Sandbag».
14.	Технологія використання фітнес-обладнання: гир, канатів.

Змістовий модуль «Аквааеробіка» передбачає проведення лекції – 6 годин, практичних занять – 46 годин за такими темами: 1. Характеристика аквааеробіки як напряму оздоровчого фітнесу. Види аквафітнесу. Фізіологічний вплив. Методи регуляції інтенсивності в аквафітнесі. 2. Базові вправи аквафітнесу. 3. Дистанційне плавання та визначення рівня плавальної підготовленості. 4. Особливості програмування занять з аквафітнесу з людьми різного віку та рівня фізичного стану. Типова структура заняття з аквафітнесу. 4. Методика композиційної побудови

комплексу базових вправ в аквааеробіці. 5. Методика композиційної побудови комплексу вправ з пересуванням (аеробні хвили). 6. Методика композиційної побудови комплексу вправ для підготовчої частини заняття з аквааеробіки (розминка) на місці та з пересуванням. 7. Методика композиційної побудови комплексу вправ основної частини аеробної спрямованості. 8. Методика композиційної побудови комплексу вправ силової спрямованості для верхніх кінцівок на мілкій та глибокій воді з використанням обладнання. 9. Методика композиційної побудови комплексу вправ силової спрямованості для нижніх кінцівок на мілкій та глибокій воді з використанням обладнання. 10. Методика композиційної побудови комплексу вправ силової спрямованості для м'язів тулуба на мілкій та глибокій воді з використанням обладнання. 11. Методика композиційної побудови комплексу вправ для заключної частини заняття з аквааеробіки. 12. Побудова заняття з використанням рекреаційних ігор та анімаційних заходів на воді (для осіб різного віку). 13. Побудова заняття з аквааеробіки для осіб зрілого віку. 14. Побудова заняття з аквааеробіки для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. 15. Побудова заняття з аквааеробіки для жінок у період вагітності.

Зазначимо, що дисципліна «Фітнес-технології» викладається протягом навчального року. За кожне півріччя, в межах модулів 1 і 2, студент має можливість отримати 100 балів. Для оцінки контролю набутих знань та навичок по завершенню II модуля проводиться екзамен з двох частин: теоретичної та практичної.

Набуті в процесі навчання навички з фітнес-технологій використовують у процесі проходження практики за профілем майбутньої роботи у фітнес-клубах та СПА-центрах.

Завершується нормативний курс професійної підготовки майбутнього фітнес-тренера складанням Державної атестації або захистом кваліфікаційної бакалаврської роботи.

Отже, аналіз науково-методичного забезпечення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів показав, що в основі його проектування є інтеграція загально-професійної підготовки майбутніх бакалаврів зі здоров'я людини (з позицій сьогодення: бакалавра фізичної культури і спорту) та спеціальної професійної підготовки за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація» (з позицій сьогодення: спеціалізація «Фітнес та рекреація»).

5.2. Педагогічні технології професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Реалізація процесуальної складової системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти здійснюється на основі впровадження сучасних та ефективних технологій. Вивчення психолого-педагогічної літератури показало, що існують різні тлумачення поняття «педагогічна технологія». За аналізом Т. С. Паніної, педагогічна технологія – це комплекс технічних засобів, що застосовуються з метою навчання; процес побудови та реалізації поставлених освітніх цілей, досягнення яких гарантується оперативним зворотним зв'язком і забезпечується всім арсеналом психолого-педагогічних, управлінських і технічних засобів, методів і форм [368, с. 99]. В. П. Беспалько розглядає педагогічну технологію як сукупність засобів і методів відтворення теоретично обґрунтованих процесів навчання і виховання, що дозволяють успішно реалізовувати поставлені освітні цілі [52, с. 78]. Б. Т. Лихачов вважає, що педагогічна технологія – організаційно-методичний інструментарій педагогічного процесу; сукупність психолого-педагогічних установок, що визначають спеціальний набір і компонування форм, методів, способів, прийомів навчання, виховних засобів [305, с. 104]. Ми згодні з визначенням поняття «педагогічна технологія», яке запропонувала С. О. Сисоєва. Дослідниця розглядає його як створену адекватно до потреб і можливостей особистості і суспільства теоретично обґрунтовану навчально-виховну систему соціалізації, особистісного і професійного розвитку і саморозвитку, яка внаслідок упорядкованих професійних дій педагога при оптимальності ресурсів і зусиль усіх учасників освітнього процесу, гарантовано забезпечує ефективну реалізацію свідомо визначеної освітньої мети та можливість відтворення процесу на рівні, який відповідає рівню педагогічної майстерності педагога [444, с. 131].

З метою проектування та впровадження оптимальних педагогічних технологій в процес професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти нами було проаналізовано та узагальнено підходи до класифікації педагогічних технологій, які представлені в працях українських учених. У таблиці 5.12 репрезентовано підходи до

класифікації педагогічних технологій, які можуть бути застосовані в закладах вищої освіти.

Таблиця 5.12

Класифікація педагогічних технологій

Критерій класифікації	Види технологій
Ступінь новизни	Традиційні та інноваційні
Методологічний аспект	Поетапного формування розумових дій, асоціативно-рефлекторна, програмованого навчання, розвиваючого, особистісно-діяльнісного, проблемного, проєктивного, дистанційного, індивідуально-диференційованого, контекстного, модульно-рейтингового, ігрового, активного, концентрованого навчання
Домінуючий метод та стиль навчання	Догматичні, репродуктивні, пояснювально-ілюстративні, діалогічні, ігрові, пошукові, творчі, проблемні, проєктні, вільних асоціацій, мозкова атака, дедуктивно-інформаційні та індуктивно-інформаційні, кейс-метод, тренінг, портфоліо комбіновані тощо
Ступінь активності суб'єктів освітнього процесу	Активні, пасивні, інтерактивні
Спосіб передачі й сприйняття інформації	Словесні, наочно-демонстраційні та практичні
Технічні засоби, які застосовуються	Аудіовізуальні, комп'ютерні, відеокомп'ютерні тощо
Ставлення педагога до студента	Авторитарні, дидактоцентричні, особистісно-орієнтовані, технології співпраці та ін.
Варіант моделювання життєвих і професійних ситуацій	Імітаційні та неімітаційні технології
Контроль ефективності навчання	Усний, письмовий, лабораторно-практичний
Вид взаємодії суб'єктів освітнього процесу	Класичне лекційне навчання; навчання за допомогою аудіо- та відеоінформаційних технічних засобів; система «консультант»; самостійна робота; диференційовані способи навчання; комп'ютерне навчання; індивідуальне, групове, дистанційне навчання, програмне навчання та ін.

З таблиці 5.12 видно, що в сучасній педагогічній науці не існує універсальної класифікації педагогічних технологій, авторами визначена велика кількість загальних і специфічних, істотних і випадкових, теоретичних і практичних ознак технологій, що призвело до створення безлічі різних класифікацій.

Теоретичні напрацювання сучасних учених щодо розробки педагогічних технологій дозволили нам відібрати та упровадити в процес професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої

освіти такі технології: традиційні технології; технологію поетапного формування розумових дій, побудови рухів, кредитно-модульну технологію, технологію контекстного, індивідуально-диференційованого, проектного, проблемного, активного та інтерактивного навчання (тренінгові та ігрові технології), інформаційно-комунікаційні педагогічні технології. Обґрунтуємо їх з точки зору стратегії організації освітнього процесу професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти (рис. 5.1).



Рис. 5.1. Педагогічні технології, які застосовувалися в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів

Традиційні технології орієнтуються на такий стиль організації освітнього процесу, що передбачає пряму трансляцію знань від викладача до студента (переважно на основі пояснювально-ілюстративних методів навчання). Їх сутність зводиться до чіткого дозування навчального матеріалу, його поетапного пред'явлення й засвоєння та відповідного контролю та оцінювання. Навчальна діяльність студента в умовах традиційного навчання має переважно репродуктивний характер та активізує такі психічні процеси, як: сприйняття, осмислення, запам'ятовування.

Серед переваг традиційних технологій, як вказує Н. В. Кошечко, можна назвати науковість; організаційну чіткість педагогічного процесу, постійний емоційний вплив особистості викладача; оптимальні витрати

ресурсів при масовому навчанні; упорядковану, логічну, структуровану подачу навчального матеріалу, орієнтацію на розвиток пам'яті (запам'ятовування й відтворення); доступність; урахування вікових, індивідуальних особливостей студентів; усвідомлення завдань. Проте традиційним технологіям властиві й недоліки: характер відносин між викладачами та студентами типу «суб'єкт-об'єкт», орієнтація на формування шаблонного мислення; відсутність орієнтації на розвиток творчого потенціалу, пригнічення ініціативи, однаковий підхід до всіх студентів [268, с. 36]. Традиційні технології ми застосовували переважно на першому та другому році навчання при викладанні дисциплін циклу дисциплін природничо-наукової та загально-професійної підготовки та у випадках загальної неготовності студентів до сприйняття інших освітніх технологій.

Технологія поетапного формування розумових дій, побудови рухів (М. О. Бернштейн, М. М. Боген, Л. С. Виготський, П. Я. Гальперін, Н. Ф. Тализіна, Т. Ю. Круцевич, О. М. Худолій та ін.) базується на однойменній теорії поетапного формування розумових дій і понять та використовувалася переважно для вирішення практичних завдань формування в студентів рухових умінь та навичок з фітнес-технологій, а також з метою розвитку системного мислення майбутніх фітнес-тренерів. Відповідно до цієї теорії, засвоєння знань, умінь і навичок відбувається шляхом інтеріоризації, тобто шляхом поетапного переходу «матеріальної» (зовнішньої) діяльності у внутрішній (розумовий) план. Основним у навчанні за даною технологією є не попереднє заучування знань для подальшого їх застосування, а оволодіння певними діями (розумовими, сенсорними, руховими), у ході якого закріплюються в пам'яті знання, необхідні для виконання цих дій. Основне місце в такому навчанні посідають практичні дії. За аналізом Г. О. Федотової та О. Ю. Ігнат'євої, процес навчання в межах цієї технології складається з шести етапів [502, с. 6]. Перший етап, мотиваційний, передбачає створення зовнішньої або внутрішньої мотивації. Другий, орієнтовний, полягає в попередньому ознайомленні з матеріалом, що підлягає засвоєнню, зі зразками дій, із алгоритмом майбутньої дії, умовами його виконання та кінцевим результатом. Третій етап, матеріальний, або матеріалізований, передбачає засвоєння студентами змісту дій та контроль за правильністю їх виконання. Дія виконується за алгоритмом, потім результати

узагальнюються й робиться висновок. На цьому етапі студент багаторазово виконує дії відповідно до схеми та одночасно голосно промовляє кожну дію. Четвертий етап, зовнішньо-мовний, – всі елементи дії представлені усно або письмово. На цьому етапі забезпечується збільшення ступеня узагальненості дії завдяки заміні конкретних дій їх словесним описом. П'ятий етап являє собою внутрішню мову: операції повторюються про себе. Шостий етап – етап автоматизованої дії, коли не потрібна зовнішня опора, не потрібен самоконтроль. Зовнішня дія стає внутрішньою [502, с. 6].

Кредитно-модульна технологія навчання (М. С. Головань, Т. Г. Веретенко, Дж. Рассел, Ю. М. Рашкевич, Ю. О. Музика та ін.) передбачає структурування навчальної програми за окремими модулями. Термін «модуль» у літературі трактується як логічна завершена частина змістовної навчальної інформації, засвоєння якої обов'язково супроводжується контролем знань, умінь і навичок студентів; як основний засіб модульного навчання, який є закінченим блоком інформації, що включає в себе навчальну мету; банк інформації у вигляді навчальних програм; методичне керівництво щодо досягнення цілей; практичні заняття по досягненню цілей; контрольні завдання й питання, що відповідають цілям; перелік літератури та методичне керівництво для досягнення поставлених дидактичних цілей (Г. В. Лаврентьев); автономна порція навчального матеріалу з цільовою програмою дій (Дж. Рассел). Основою для формування модулів служать модульні робочі програми навчальних дисциплін. Відповідно до вимог Болонської декларації кредитно-модульна технологія є основним дидактичним засобом європейської кредитно-трансферної системи (ECTS).

Як зазначає Т. І. Туркот, кредитно-модульна система навчання нині поєднується з рейтинговим оцінюванням, ґрунтується на поопераційному контролі й накопиченні рейтингових балів з різних видів навчально-пізнавальної діяльності студента протягом усього періоду навчання (семестр, навчальний рік).

Відповідно до положень кредитно-модульної системи викладач, який веде навчальні заняття в навчальній групі з певної дисципліни, складає індивідуальний рейтинг студента з дисципліни як суму всіх рейтингових оцінок, а також заохочувальних і штрафних балів. Студент,

що набрав протягом семестру необхідну кількість балів, має право за рішенням кафедри:

- не складати іспит (залік) і отримати набрану кількість балів як підсумкову оцінку;
- складати іспит (залік) з метою підвищення отриманої оцінки;
- ліквідувати академічну різницю, пов'язану з переходом на інший напрям підготовки чи до іншого навчального закладу;
- використати час, відведений на екзаменаційну сесію, для поглибленого вивчення окремих розділів навчальних дисциплін, стажування тощо.

Студент, який протягом семестру набрав кількість балів, меншу від необхідної, зобов'язаний складати іспит (залік).

Після закінчення кожного семестру визначається семестровий рейтинг студента, тобто його позиція в академічній групі, на курсі, на факультеті та в університеті. Рейтингова оцінка складається з суми балів, які отримав студент за виконання індивідуальних завдань, самостійної роботи, за якість навчальної роботи на лекційних, семінарсько-практичних заняттях, на поточних контрольних заходах та інших видах навчально-пізнавальної діяльності. З цієї оцінки слід вирахувати «штрафні» бали (бали зі знаком « – ») за пропуски занять, невчасне складання модульних контрольних робіт, звітів з практики тощо. За рішенням кафедри студентам нараховуються заохочувальні бали за участь в олімпіадах, конкурсах студентських робіт, доповіді на наукових конференціях, підготовку наукових статей, виконання завдань з удосконалення дидактичних матеріалів з дисципліни тощо [493]. Рейтинг студентів є підставою для нарахування стипендії, для конкурсного відбору студентів на програми підготовки за рівнем «магістр»; для направлення на стажування або на практику за кордон; для отримання пільг та ін.

Технологія контекстного навчання (А. О. Вербицький, Н. В. Гузій, Г. О. Федотова, Н. М. Мирончук та ін.) передбачає моделювання в процесі навчання предметного й соціального змісту діяльності фітнес-тренера. З цієї позиції, метою навчання студента є не тільки придбання знань, умінь, навичок (вони, безсумнівно, потрібні), але, перш за все, оволодіння цілісної професійною діяльністю. Основною одиницею змісту в контекстному навчанні стає не стільки порція інформації або завдання, скільки проблемна ситуація у всій своїй предметній і соціальній

неоднозначності та суперечливості. За А. О. Вербицьким, до базових форм моделювання та засвоєння змісту предметно-технологічного й соціального контексту майбутньої професійної діяльності відноситься навчальна діяльність академічного типу, квазіпрофесійна діяльність та навчально-професійна діяльність [110, с. 35].

До принципів контекстного навчання Г. О. Федотова відносить педагогічне забезпечення особистісного включення студента в навчальну діяльність; послідовне моделювання в навчальній діяльності студентів цілісного змісту, форм і умов професійної діяльності; проблемність змісту навчання й процесу його розгортання в освітньому процесі; адекватність форм організації навчальної діяльності студентів цілям і змісту освіти; провідну роль міжособистісної взаємодії і діалогового спілкування суб'єктів освітнього процесу (викладачів і студентів, студентів між собою); обґрунтоване поєднання нових і традиційних педагогічних технологій; єдність навчання і виховання особистості фахівця. [502, с. 42]. Нам імпонує ця думка дослідниці.

Технологія контекстного навчання активно впроваджувалась у процес викладання дисциплін професійної та практичної підготовки майбутнього фітнес-тренера. Проте, окремі методики технології застосовувались і під час проходження дисциплін циклу природничо-наукової (фундаментальної) підготовки та загально-професійної підготовки.

Метою використання *технології індивідуально-диференційованого навчання* (Ю. К. Бабанський, І. О. Зимня, О. М. Леонтьєв, В. В. Серіков, С. О. Сисоєва, Л. П. Сущенко та ін.) було створення оптимальних умов для виявлення задатків, розвитку інтересів і здібностей майбутніх фітнес-тренерів. Технологія індивідуально-диференційованого навчання є напрямом технології особистісно-орієнтованого навчання та передбачає вивчення індивідуальних особливостей і когнітивних можливостей студентів; їх розподіл на групи за певними критеріями; перспективне планування діяльності студентів (індивідуальне та групове), спрямоване на керівництво навчальним процесом; адаптацію всіх методичних рішень до особистості студента – його потреб, мотивів, здібностей, активності, інтелекту. Отже, диференційоване навчання спрямоване не стільки на забезпечення необхідного рівня знань, скільки на забезпечення найбільших зрушень у розвитку кожного студента.

Для реалізації індивідуально-диференційованого підходу в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів нами застосовувався поділ академічної групи на дрібні, але гомогенні підгрупи на основі певного критерію, а потім здійснювався індивідуальний підхід до кожного студента шляхом різних варіацій навчальних завдань, системи спеціальних дидактичних матеріалів, синтезу методів та способів викладу матеріалу.

З огляду на важливість урахування типологічних особливостей студентів у процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів проаналізуємо висновки вчених щодо диференціації підходів до навчання за типами темпераменту та стилями навчання студентів.

Т. І. Туркот у посібнику «Педагогіка вищої освіти» надає рекомендації щодо навчання студентів із різними типами темпераменту. Автор вважає, що «перед сангвініком необхідно безперервно ставити нові і, якщо є можливість, цікаві навчальні завдання, які вимагали б від нього зосередженості і напруження; його необхідно постійно залучати до активної діяльності і систематично заохочувати його зусилля. Навчально-пізнавальну діяльність холерика бажано контролювати досить часто; в аналізі його діяльності неприпустимі різкість і невтриманість, оскільки це може викликати негативну реакцію у відповідь. Водночас будь-який негативний вчинок холерика має бути вимогливо і справедливо обговорений (краще через деякий час після його здійснення). Щодо холерика, негативну оцінку припустимо застосовувати в дуже енергійній формі та настільки часто, наскільки це необхідно для поліпшення його навчання. Флегматика необхідно залучати до активної діяльності і зацікавлювати, він краще виконує завдання, які потребують ретельності і наполегливості, систематичної уваги. Флегматика не слід швидко переключати з одного виду діяльності на інший. У взаємовідносинах з меланхоліком неприпустимі не тільки різкість, але й підвищений тон, іронія. Про його вчинок, провину краще поговорити наодинці. Для меланхоліка вкрай необхідним є прояв особливої уваги, вчасна оцінка його успіхів, рішучості та волі; негативну оцінку слід використовувати з великим застереженням, пом'якшуючи її негативні дії. Необхідно вживати заходи щодо підвищення самооцінки студентів з переважанням меланхолічних рис темпераменту». Дослідниця пропонує таку формулу комплектування груп за ознакою типу темпераменту: 1) холерик +

сангвінік; 2) сангвінік + меланхолік; 3) меланхолік + флегматик; 3) сангвінік + флегматик [493].

Також педагогам важливо, на нашу думку, ураховувати й тип акцентуації характеру студентів. Характеристики типів акцентуації та особливості спілкування й діяльності залежно від типу акцентуації характеру особистості широко висвітлена в психологічній літературі, зокрема у роботі К. Леонгарда «Акцентуированные личности».

Л. М. Петренко акцентує увагу на тому, що важливе значення в організації навчального процесу має врахування стилю сприйняття інформації студентом. Як вказує Л. М. Петренко, існує чотири основних стилі сприйняття інформації: у вигляді знаків (словесно-мовний); зорових образів (візуальний); предметних дій (предметно-практичний); сенсорно-емоційних вражень (сенсорно-емоційний). У студента при сприйманні будь-яких впливів невимушено активізується саме його стиль сприйняття інформації, який виявляється при викладенні навчального матеріалу, наукової інформації, виконанні письмових завдань [371, с. 62-67].

Разом із вищевказаними критеріями диференціації підходів до навчання, ми вважаємо важливим звернути увагу на такий феномен сучасної цивілізації як «кліпова свідомість» сучасної молоді. С. В. Доука зауважує, що бурхливий розвиток інформаційних технологій призводить не тільки до трансформації засобів комунікації, а й до виникнення принципово нових видів розумової діяльності. Внаслідок експоненціального збільшення кількості інформації людям доводиться трансформувати свої когнітивні стратегії і встигати обробляти більшу кількість повідомлень за менший проміжок часу, що призвело до виникнення кліпової свідомості. Носії такого типу сприйняття навколишнього світу сприймають не раціональні логічні побудови, а окремі фрагменти (переважно, аудіовізуальні уривки). Такий механізм мислення дозволяє переробляти більший обсяг інформації, проте він не дає можливості критично поставитися до отримуваних меседжів. Носії кліпової свідомості втрачають здатність системно мислити, диференціювати інформаційне «сміття» й корисну інформацію та споживають більш прості за формою і змістом відомості [165, с. 171]. Така ситуація вимагає з одного боку враховувати ці особливості при проектування методів навчання, а з іншого – упроваджувати методи

розвитку системного мислення з метою корекції кліпової свідомості в студентів.

Технологія проектного навчання (К. Баханов, В. Гузеєв, І. Єрмаков, О. М. Пехота, Н. Н. Йорданський, Б. В. Ігнат'єв та ін.) в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів передбачала організацію самостійної навчально-пізнавальної діяльності студентів (індивідуальної, парної та групової) відповідно до алгоритму поетапного вирішення проблемного завдання або виконання навчального завдання. Робота над проектом спрямована на всебічне і систематичне дослідження проблеми й передбачає отримання практичного результату – освітнього продукту. Продуктом може бути відеофільм, альбом, плакат, стаття в газеті, інструкція, театральна інсценівка, гра (спортивна, ділова), Веб-сайт та ін. Основною вимогою до використання технології проектів є наявність значущої проблеми, що вимагає інтегрованого знання, дослідницького пошуку для її рішень. При цьому педагог в процесі виконання проекту виступає як ентузіаст, консультант, керівник, координатор, експерт. Така технологія спрямована на вироблення концепції, мети й завдань, формулювання очікуваних результатів, визначення методик вирішення поставлених завдань, планування ходу роботи, пошук доступних і оптимальних ресурсів, поетапну реалізацію плану роботи, презентацію результатів роботи, їх осмислення і рефлексію. Ми згодні з О. Коберник, що проектування – це вид діяльності, що синтезує в собі елементи ігрової, пізнавальної, ціннісно-орієнтаційної, перетворюючої, професійно-трудової, комунікативної, навчальної та теоретичної практичної діяльності» [246, с. 2].

Технологія проблемного навчання (А. М. Алексюк, Н. М. Буринська, Дж. Брунер, В. М. Герасимчук, В. П. Замковий, І. Я. Лернер, М. І. Махмутов та ін.) спрямована на таку організацію освітнього процесу, яка передбачає постановку проблемних питань, створення навчальних проблемних ситуацій для стимулювання активної пізнавальної діяльності майбутніх фітнес-тренерів. Зміст навчання в контексті цієї технології проектується викладачем не у вигляді завдань, що вирішуються за алгоритмом, а у вигляді навчальних проблем, які відображають реальні суперечності науки, практики й навчальної діяльності. Умовами успішної реалізації проблемного навчання є забезпечення достатньої мотивації, здатної викликати інтерес до змісту проблеми; забезпечення принципу

доступності (раціональне співвідношення відомого та невідомого); значущість інформації, одержуваної при вирішенні проблеми. До переваг проблемного навчання фахівці відносять спрямованість на розвиток когнітивних і творчих здібностей, комунікативних навичок, на формування вміння переконувати, виховання толерантної поведінки. Технологія проблемного навчання може реалізовуватися на трьох рівнях: перший рівень – педагог ставить проблему, формулює її і направляє студентів на самостійний пошук шляхів вирішення проблеми; другий рівень – педагог вказує на проблему, яку студенти самостійно формулюють і вирішують її; третій – студенти самостійно виявляють, формулюють і вирішують проблему.

На нашу думку, такі технології доцільно використовувати при викладанні практично всіх теоретичних дисциплін, передбачених начальним планом.

Застосування *технології активного навчання* (Р. Руденко, В. Волович, В. Лавриненко та ін.) передбачає таку організацію освітнього процесу майбутніх фітнес-тренерів, яка характеризується високим рівнем мотивації студентів, усвідомленою потребою в засвоєнні знань й умінь, а також високою результативністю пізнавальної діяльності. Під активізацією навчального процесу Г. О. Федотова та О. Ю. Ігнатєва розуміють діяльність викладача, спрямовану на вдосконалення форм, методів, прийомів і засобів навчання з метою формування інтересу, підвищення активності, творчості, самостійності студентів у засвоєнні знань, формуванні умінь та навичок і застосуванні їх на практиці [502, с. 56]. Активна форма організації навчального процесу характеризується більш різноманітним і множинним набором психічних процесів, задіяних у ході навчання.

Для активізації пізнавальних процесів уваги, сприйняття та мислення в майбутніх фітнес-тренерів ми спиралися на рекомендації Г. О. Федотової та О. Ю. Ігнатєвої. До них віднесено такі: 1) важливість створення в студента цілісної моделі досліджуваного предметного знання та забезпечення порівняння цієї моделі з вихідною, створеною наукою. 2) необхідність відтворення ситуації, характерної для конкретної професійної діяльності, забезпечення не тільки знаннєвої компоненти навчання, а й міжособистісної професійної взаємодії та атмосфери; 3) важливість існування зв'язків між тезаурусами окремих тем і

тезаурусами окремих дисциплін, оскільки навчання є процес збільшення тезаурусу людини; 4) важливість пред'явлення знань у максимально структурованому вигляді для утворення асоціативних зв'язків у процесі навчання; 5) підтримка регулярності навчання, оскільки тривалі перерви спричиняють втрату зв'язків у навчальному тезаурусі студента; 6) урізноманітнення викладу матеріалу шляхом використання прийомів підтримки й відновлення уваги; 7) врахування емоційного фактора, за рахунок якого продуктивність інтелектуальної праці значно зростає [502, с. 59].

Отже, активна форма організації навчального процесу спонукає майбутніх фітнес-тренерів займатися цілеспрямованою діяльністю, відкриває сенс цієї діяльності, що є необхідною умовою для здійснення ефективного навчання.

Технології інтерактивного навчання (О. Пометун, Л. Пироженко, С. О. Сисоева та ін.) передбачали активну та нелінійну взаємодію всіх учасників освітнього процесу й досягнення на цій основі особистісно значимого для них освітнього результату. На відміну від активних методів, інтерактивні – орієнтовані на більш широку взаємодію студентів не тільки з викладачем, але й один з одним і на домінування активності студентів в процесі навчання. Функція викладача на інтерактивних заняттях трансформується з центральної на спрямовальну, корекційну та контрольну. Ми погоджуємось із Н. В. Кошечко, що інтерактивне навчання – спеціальна форма діяльності; це діалогове навчання, під час якого відбувається взаємодія викладача й студента [268, с. 37]. В умовах інтерактивного навчання освітній процес організовується таким чином, що практично всі студенти виявляються залученими в процес пізнання, при цьому кожен робить свій індивідуальний внесок у загальну справу. Обмін знаннями, ідеями, думками відбувається в доброзичливій атмосфері, в умовах взаємної підтримки, взаєморозуміння та взаємодії. Під час інтерактивного навчання студент стає не об'єктом, а суб'єктом навчання, він сприймає себе активним учасником подій і власної освіти та розвитку [268, с. 37].

При застосуванні інтерактивних освітніх технологій ми дотримувалися таких основних принципів, сформульованих С. О. Сисоевою: принцип діалогічної взаємодії, принцип кооперації й

співробітництва, принцип активно-рольової (ігрової) і тренінгової організації навчання [443, с. 37].

До інтерактивних технологій входить клас *тренінгових технологій*, які ми застосовували в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів.

В. М. Федорчук визначає поняття «тренінг» як «найефективнішу модель залучення особистості в міжособистісне спілкування, діяльність у широкому розумінні цього слова, яка спрямована на самопізнання, розвиток, саморозвиток та самовдосконалення особистості, здатної до самоактуалізації власного потенціалу в різних сферах» [501, с. 12].

Ми згодні з визначенням поняття «тренінг», яке дає О. П. Горбушина. Учена трактує поняття «тренінг» як яскраве, емоційне насичене заняття, спрямоване на зміну, гармонізацію стилю спілкування особистості, набуття бажаних навичок і розв'язання міжособистісних та внутрішньоособистісних конфліктів [143, с. 9].

О. Ю. Закусило вказує, що основне завдання тренінгу полягає у створенні освітнього середовища. Освітнє середовище складають три важливих компоненти: когнітивний, емоційний та поведінковий. Отже, основне завдання тренінгу полягає в активному включенні в процес навчання всіх трьох вказаних компонентів: його учасники повинні мати можливість отримувати і осмислювати інформацію (когнітивний компонент), відкрито виявляти емоції, що виникають (емоційний компонент) та здійснювати навчальну діяльність (поведінковий компонент) [194, с. 85].

О. Ю. Закусило підкреслює, що в структурі тренінгу можна виділити 5 стадій: перша стадія – визначення потреб у тренінзі; друга стадія – визначення цілей тренінгу; третя стадія – організація та планування тренінгу; четверта – проведення тренінгу; п'ята – оцінка результатів. Аналіз літератури свідчить, що протягом багатьох років у міжнародній практиці оцінки тренінгів найчастіше використовується модель Д. Кіркпатрика. Дана модель виокремлює та описує 4 оціночних категорії: реакцію, засвоєння, поведінку та результат [194, с. 86-88].

У нашій роботі ми використовували такі категорії тренінгів (за О. Богуславською): тренінги особистісного зростання, головна їх мета – розкрити потенціал учасників тренінгу, зміцнити впевненість у своїх силах, мотивувати поведінкові стереотипи, націлити на нові досягнення;

комунікативні тренінги, що розвивають індивідуальні ділові якості людини; спеціалізовані або професійні тренінги, що сприяють удосконаленню та розвитку професійної діяльності [60].

До класу тренінгових технологій належать ігрові технології.

Ігрові технології (П. П. Блонський, Л. С. Виготський, О. С. Газман, І. М. Дичківська, Г. Спенсер, К. Д. Ушинський, П. М. Щербань та ін.) передбачають організацію освітнього процесу майбутніх фітнес-тренерів на базі реконструкції моделей професійної поведінки та діяльності в межах запропонованих сценарних умов.

Поняття «ігрові педагогічні технології», як зауважує П. Щербань, включає широку групу методів і прийомів організації педагогічного процесу у формі різноманітних педагогічних ігор. На відміну від ігор взагалі, педагогічна гра володіє істотною ознакою, яка відрізняє її від інших – чітко визначеною метою навчання і відповідним педагогічним результатом та характеризується навчально-пізнавальною спрямованістю [533, с. 289].

За наявних позитивних сторін застосування ігрових технологій, Е. Г. Скибицькій відмічає й негативні їх сторони. До них учений відносить високу трудоемність підготовки до заняття (для науково-педагогічного працівника); можливу відсутність у викладача навичок проектування та проведення навчальних ігор; значне навантаження на педагога в умовах необхідності одночасно демонструвати і акторські, і режисерські здібності протягом всієї гри; студенти можуть бути не готові до роботи з ігровими технологіями; гра вимагає багато часу тощо [446, с. 110].

Згідно з сучасними уявленнями, розробку гри починають зі створення двох моделей: імітаційної та ігрової, які мають вбудовані в її сценарій. Імітаційна модель задає предметний контекст діяльності фітнес-тренера в педагогічному процесі та складається з наступних компонентів: мета, предмет гри, графічна модель взаємодії учасників гри, система оцінювання. Ігрова модель задає соціальний контекст і виявляється у роботі учасників гри з імітаційною моделлю. Вона складається з наступних компонентів: сценарій, правила, цілі, ролі і функції учасників гри. Правила гри відображають характеристики реальних процесів і явищ, що існують в прототипах реальності, але в спрощеному варіанті. Крім того, існує другий план гри – правила виключно ігрового характеру: якщо

їх не дотримуватися, то гра перестане бути грою, перетворившись в заняття тренажерного типу.

Вимоги до правил гри зводяться до наступних положень: а) правила містять обмеження, що стосуються технології гри, регламенту ігрових процедур або їх елементів, ролей і функцій педагогів-ведучих, системи оцінок; б) правил гри має бути небагато, наприклад, не більше 5-10; в) характер правил повинен забезпечувати відтворення реального і ділового контексту гри; г) правила повинні бути пов'язані з системою стимулювання та інструкціями до гравців.

У процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів ми застосовували навчальні ігри різної складності: 1. Імітаційні вправи. Їх метою є надання можливості учням у творчій змагальній обстановці закріпити ті чи інші навички, акцентувати увагу на якому-небудь важливому понятті, категорії. 2. Аналіз конкретних виробничо-професійних ситуацій. Студенти знайомляться з відповідними ситуаціями та пропонують свої рішення, які колективно обговорюють. 3. Розігрування ролей. Студенти отримують вихідні дані про ситуацію і беруть на себе виконання певних ролей. Виконання ролей відбувається в присутності інших студентів, які потім оцінюють дії учасників ситуації. 4. Повномасштабна гра, що імітує професійну діяльність і наслідки прийнятих управлінських рішень.

Ігрові технології в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів переважно застосовувалися з метою отримання цілісного досвіду майбутньої професійної діяльності фітнес-тренера, розгорнутої в часі та просторі. Ми вважаємо, що подібні ігри повинні бути розраховані на 2-4 години практичних занять і проводитися, бажано, в кінці робочого тижня.

Інформаційно-комунікаційні технології (В. Ю. Биков, І. В. Володько, С. В. Войтко, Т. П. Вороніна, Р. С. Гуревич, А. М. Гуржій, М. І. Жалдак, Г. О. Козлакова, А. П. Кудін, Т. І. Коваль, В. Л. Матросов, Н. В. Морзе, І. В. Роберт, О. М. Спірін та ін.) передбачають застосування в процесі організації освітнього процесу спеціалізованих програмних середовищ і технічних засобів роботи з інформацією.

Поняття «інформаційно-комунікаційні технології» С. В. Войтко та Т. В. Сакалош тлумачать як «сукупність інформаційних та комунікаційних технічних засобів і методів збирання, обробки й передавання даних для отримання інформації нової якості про стан об'єкта, процесу, явища для

створення нової (перетворення наявної) інформації для її аналізу або покращеного сприйняття людиною та прийняття на її основі рішення про виконання певних дій» [119, с. 384].

До засобів інформатизації М. Л. Рябчиков і Д. В. Борисенко відносять електронні посібники, мультимедійні курси, тренажерні комплекси, електронні довідники, відеолекції, вебінари тощо [410, с. 152]. П. А. Слобожанінов рекомендує застосовувати в процесі професійної підготовки майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації такі інформаційно-навчальні ресурси: «бази даних інформаційно-пошукових та інформаційно-довідникових систем, автоматизовані бібліотечні системи, Веб-сайти навчальних програм, електронні журнали, комп'ютерне тестування, мультимедійні навчальні засоби, електронна пошта» [451, с. 52-54].

До переваг застосування мультимедійних технологій М. О. Ковальчук відносить можливість поєднання логічного й образного способів опанування інформації; активізацію освітнього процесу за рахунок посилення наочності; інтерактивну взаємодію, спілкування в інформаційно-освітньому просторі [249].

Доцільність застосування таких технологій зумовлено й тим, що сьогоднішні студенти належать до Інтернет-покоління (покоління Z), яке сформувалось у цифровому середовищі. Те, що попередні покоління називали «новими технологіями» або «технологіями майбутнього», для покоління Z уже реальне та закономірне. Покоління Z «зв'язане» між собою, завдяки таким реаліям як Інтернет, мобільні телефони, соціальні мережі: Google+, Youtube, Instagram, Facebook, LinkedIn, Twitter, Blogger тощо.

Отже, нами обґрунтовано комплекс педагогічних технологій, які ми пропонуємо застосовувати в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. До них ми віднесли традиційні технології; технологію поетапного формування розумових дій, побудови рухів, кредитно-модульну технологію, технологію контекстного, індивідуально-диференційованого, проектного, проблемного, активного, інтерактивного навчання (тренінгові та ігрові технології) та інформаційно-комунікаційні педагогічні технології. Зазначені технології визначають стратегію організації освітнього процесу та включають сукупність форм, методів, прийомів, методик, засобів, що дозволяє досягти запланованого результату.

5.3. Форми та методи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

За логікою нашого дослідження закономірним є розкриття методів і дидактичних прийомів, які застосовувались у процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів, зокрема при викладанні дисциплін циклу професійної та практичної підготовки.

Педагогічний метод, на думку М. А. Малишевої, – це система дій цілеспрямованих на вирішення конкретного педагогічного завдання, яка включає педагогічні засоби для оновлення, зберігання й передачі інформації; форми взаємодії суб'єктів освітнього процесу; діяльнісні позиції учасників освітнього процесу; прийоми, що обумовлюють глибину впливу педагогічних засобів [М, с. 12-13].

М. А. Малишева зазначає, що методика – це система правил навчання чому-небудь або виконання якої-небудь роботи. Методика викладання навчальної дисципліни містить в собі локальні методики (методики викладання окремих розділів, тем; методики організації різних форм заняття; методики формуванні знань, умінь, навичок та ін.). Методика у вузькому значенні слова – сукупність прийомів проведення заняття, а в широкому – наука про закономірності організації масового процесу навчання, оскільки з позиції методики викладання дисциплін можуть використовуватися різні технології [320, с. 12-13].

Обираючи дидактичні методи чи їх поєднання, ми враховували особливості навчальної дисципліни, особливості тематики заняття та його завдань (навчальних, контрольних, виховних, розвивальних тощо), особливості змісту та структури навчального матеріалу, обсяг часу, відведений на засвоєння матеріалу, наявність спеціального обладнання, рівень загальної підготовленості академічної групи, черговість заняття за розкладом; рівень педагогічної майстерності викладача.

Розглянемо детально методи та засоби навчання в межах кожної з організаційних форм, які ми пропонуємо застосовувати в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Дефініція «організаційна форма навчання», на думку Е. Г. Скибицького, є відносно стійкою структурою емоційно-інтелектуальної взаємодії учасників навчання, що здійснюється в

установленому порядку й певному режимі, зміст якої залежить від цілей навчання, специфіки навчальної інформації, методів та умов навчання [446, с. 63].

У Законі «Про вищу освіту» (2017) у статті 50 указано, що «освітній процес у закладах вищої освіти здійснюється за такими формами: 1) навчальні заняття; 2) самостійна робота; 3) практична підготовка; 4) контрольні заходи. Основними видами навчальних занять у закладах вищої освіти є: 1) лекція; 2) лабораторне, практичне, семінарське, індивідуальне заняття; 3) консультація» [191].

До традиційних форм організації навчального процесу (видів навчальних занять) Т. І. Туркот зараховує: лекції; семінари; практичні заняття (лабораторні роботи, лабораторний практикум); самостійну аудиторну роботу студентів; самостійну позааудиторну роботу студентів; консультації; заліки, екзамени, курсове проектування (курсів роботи); дипломне проектування (дипломні роботи); усі види практик [493].

У «Педагогічному енциклопедичному словнику» додатковими формами організації навчально-виховного процесу названі такі: святковий вечір, спартакіади, олімпіади, конференції, виставки, дні відкритих дверей, дні першокурсника, екскурсії, колоквиуми, стажування тощо. Виділяють також і такі форми навчання: очна, очно-заочна, заочна, вечірня та дистанційна [370, с. 66].

У контексті професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів лекція посідає домінуюче місце. Її мета – формування системної орієнтовної основи для подальшого самостійного засвоєння студентами теоретичних знань, а перевага її полягає в найбільш економному способі отримання спеціальної інформації.

Учені А. Алексюк [10], З. Курлянд [291] та ін. вказують, що лекція виконує певні функції: інформаційну, орієнтовну, пояснювальну, роз'яснювальну, перекопувальну (полягає у використанні аргументації, логічної доказовості, на основі чого усвідомлюється наукова інформація, що стає базою для формування в студентів наукових поглядів і переконань), систематизуючу, стимулюючу (спрямована на пробудження інтересу до навчальної інформації з певної науки), виховну та розвивальну.

Нами застосовувались такі види лекції: вступна, тематична та оглядова. Кожна з лекцій викладалася з використанням певних оптимальних для конкретного виду лекції методів (рис. 5.2).

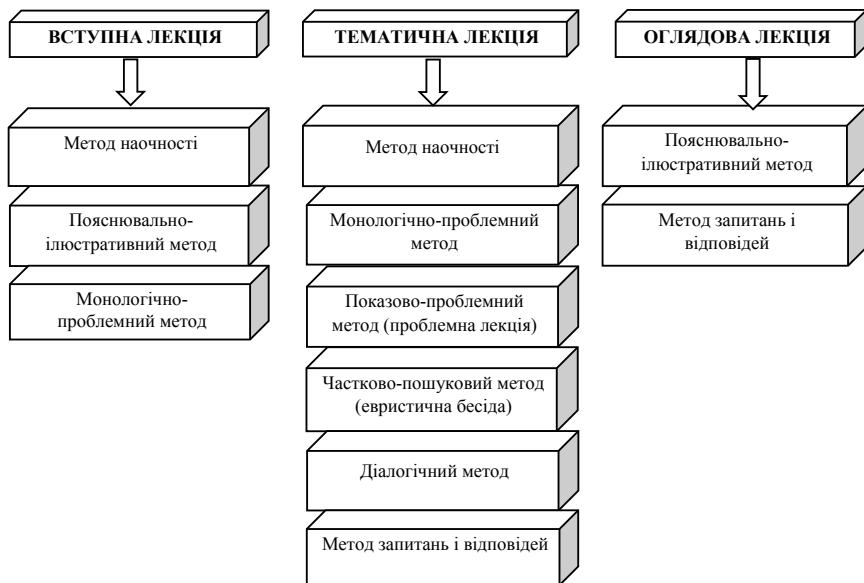


Рис. 5.2. Види лекцій та методи їх викладання в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Під час проведення лекції необхідно пам'ятати, що фаза біологічного зниження уваги в студентів настає через 25-30 хвилин після початку лекції та в останні хвилини лекції, при цьому слухач зазвичай може запам'ятати й відтворити не більше 5-9 одиниць інформації. Тому на лекції доцільно аналізувати не більше 5 основних питань.

Так *вступна лекція* передбачає надання першого цілісного уявлення про навчальний предмет й орієнтацію студента в системі роботи з цього курсу, відкриває перед слухачами загальну перспективу вивчення науки, акцентує на основних проблемах, які вивчатимуть студенти, висвітлює значення теорії й формує психологічну готовність до глибокого вивчення. Такі лекції проводилися для майбутніх фітнес-тренерів переважно на

І курсі та в процесі засвоєння інформації з фундаментальних дисциплін. Наприклад у межах «Вступу до спеціальності» вступні лекції викладалися з використанням пояснювально-ілюстративного, монологічно-проблемного методів і методу візуалізації.

Пояснювально-ілюстративний метод характеризується тим, що студенти здобувають знання, слухаючи лекцію в «готовому» вигляді. Сприймаючи й осмислюючи факти, оцінки, висновки, вони залишаються в межах репродуктивного (відтворювального) мислення. Викладач через монолог повідомляє студентам певний обсяг знань, пояснює сутність явищ, процесів, законів, правил та ін. із використанням ілюстративного матеріалу; студенти мають свідомо засвоїти пропоновану частку знань і відтворити її на рівні глибокого розуміння, застосувати знання на практиці. У процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів ми такий метод застосовували для передавання значного масиву фундаментальної інформації, для викладення й засвоєння фактів, підходів, оцінок, висновків.

Монологічно-проблемний метод полягає в поданні навчального матеріалу через розв'язання проблемних ситуацій у монологі педагога, тобто лектор сам висуває, розкриває і розв'язує проблемні ситуації. За монологічного проблемного викладу активізація розумової діяльності студентів досягається за рахунок створення проблемної ситуації через постановку проблемного запитання; через використання додаткового матеріалу з елементами новизни; через емоційність викладу та збудження інтересу студентів до навчального матеріалу за допомогою наочності. У такому випадку проблемні запитання мають характерний стиль: «Чому..., хоча..?»; «Чому..., незважаючи на..?», «Якщо..., то чому..?»; «Якщо..., то чи можна..?»

Наприклад, на лекції з дисципліни «Вступ до спеціальності» нами ставилися такі проблемні питання, як: «Чому важливо отримати вищу фізкультурну освіту, хоча існує думка, що важливо почати працювати вже зараз та отримувати практичні реальні навички?», «Якщо помилитися у виборі спеціалізації, то чи можна її змінити?»

Тематична лекція передбачає розкриття певної теми навчальної програми дисципліни. Вона орієнтована на викладення й пояснення студентам наукової інформації, яку потрібно осмислити й запам'ятати. Такий вид лекцій, на нашу думку, доцільно викладати різними методами.

Серед них базовими були такі: монологічно-проблемний, показово-проблемний, частково-пошуковий, метод запитань і відповідей, діалогічний метод та метод візуалізації.

Показово-проблемний метод ведення лекції передбачав поєднання монологічно-проблемного викладу із застосуванням логічного поетапного аналізу вирішення проблеми. Лектор пояснює методику пошуку, шлях наукового пізнання. Студент, стежачи за думкою викладача, засвоює зразок наукового пошуку. Для створення проблемної ситуації С. С. Вітвицька пропонує використовувати такі методичні прийоми: пряма постановка проблеми; проблемне завдання у вигляді запитання; повідомлення інформації, яка містить суперечність; повідомлення протилежних думок з будь-якого питання; звернення уваги на ту чи іншу професійну ситуацію, яку потрібно пояснити; повідомлення фактів, які викликають непорозуміння; зіставлення життєвих уявлень з науковими; постановка питання, на яке повинен відповісти студент, послухавши частину лекції, і зробити висновки [114, с. 168].

Наприклад, на лекції з дисципліни «Професійна майстерність» (тема лекції: «Характеристика професіограми фітнес-тренера») викладач звертається до аудиторії: «Уявімо таку ситуацію: двоє товаришів приблизно з однаковим рівнем знань та навичок закінчили заклад вищої освіти, отримали диплом та розпочали свою діяльність в одному з фітнес-клубів. Через кілька років сумлінної праці спостерігається така ситуація: один фітнес-тренер має значно вищий дохід, ніж інший. Які причини цього? Поміркуємо. За рахунок яких факторів один тренер є кращим професіоналом, ніж інший? Перше, що здається логічним, – це обсяг знань та умінь». (Далі викладач коротко характеризує перелік професійних компетентностей). «Чому в практиці роботи фітнес-тренера може спостерігатися ситуація, коли фахівець, незважаючи на успішне складання атестаційних тестових завдань, має незначну кількість клієнтів? Очевидно, що є певні фактори, які впливають на досягнення професійного успіху. Одним з них може бути наявність професійно-значущих якостей особистості». (Далі викладач коротко характеризує перелік професійно-значущих якостей особистості). Таким чином у процесі лекції викладач послідовно розкриває всі складові професіограми фітнес-тренера.

Частково пошуковий метод передбачає здійснення студентами під керівництвом лектора певних розумових операцій або практичних дій для

розв'язання навчальних завдань. За цього методу майбутні фітнес-тренери можуть брати активну участь у висуванні гіпотез, пошуку шляхів їх перевірки й формулюванні окремих і загальних висновків. Викладач, зазвичай, створює проблемну ситуацію, чітко визначає проблему й формулює висновки, а решту етапів студенти здійснюють самостійно або за допомогою викладача. Такий метод викладання лекції доцільно застосовувати за умов невеликої кількості студентів (до 30 осіб).

Методом реалізації частково-пошукового методу може бути *прийом евристичної бесіди*. Для цього лектор створює проблемну ситуацію, ставлячи запитання чи проблемну задачу; аналізує ситуацію й формулює проблему; висуває припущення, гіпотези; доводить гіпотези. Т. І. Туркот вказує, що зі словесних методів саме бесіда (а не виклад) дає змогу залучити студентів до активізації мислення [493]. Завдання лектора – спланувати кроки пошуку й поділити проблемне завдання на окремі проблеми. Евристична бесіда, на відміну від репродуктивної, має такі особливості: спрямованість на розв'язання нової для учнів проблеми; логічний взаємозв'язок запитань викладача та відповідей студентів, що забезпечує поетапне розв'язання проблеми; проблемний характер більшості запитань; самостійний пошук студентами відповідей на поставлені запитання, що сприяє набуттю нових знань; наведення переконливих доказів для розв'язання поставленої проблеми.

Наприклад, на лекції з дисципліни «Фітнес-технології» (змістовий модуль «Аквааеробіка» за темою «Сучасні підходи до програмування занять з аквафітнесу») лектор формулює проблемне запитання так: «Яким чином ми можемо регулювати фізичні навантаження на занятті з аквааеробіки?» Аби студенти могли правильно відповісти на це запитання, викладач пропонує їм пригадати властивості водного середовища та пропонує їх назвати по черзі з місця. Після цього викладач запитує в аудиторії: «Яким чином регулюється навантаження на суші?». Студенти по черзі з місця називають ці методи. Далі викладач спонукає студентів: «А тепер поєднайте інформацію про специфіку водного середовища та знання про методи регуляції фізичного навантаження на суші». Подібним чином, викладач організовує активний пошук розв'язання поетапно висунутих педагогом пізнавальних завдань на основі вказівок. Для економії часу запитання бажано формулювати так, щоб на них можна було давати короткі відповіді.

Іншим методичним прийомом проведення лекції-бесіди може бути *лекція з аналізом конкретних ситуацій*. У даному випадку лектор пропонує не запитання, а наводить конкретну життєву виробничу ситуацію. Важливим є те, що вирішення проблемних ситуацій вимагає наявності у студентів комплексних знань із різних дисциплін. Наприклад, лектор на лекції з дисципліни «Фітнес-технології» (змістовий модуль «Аеробіка») пропонує аудиторії таку ситуацію: «Клієнтка 55 років прийшла на групові заняття зі степ-аеробіки та висловила побажання знизити масу тіла на фоні артрозу колінних суглобів. Що повинен у даному випадку порекомендувати тренер?» Далі викладач спонукає студентів з місця по черзі коротко відповісти на це запитання.

На основі *діалогічного методу* викладають *бінарну лекцію* – різновид читання лекції у формі діалогу двох науково-педагогічних працівників, у нашому дослідженні представників педагогіки та бізнесу. Наявність двох джерел змушує студентів порівнювати різні точки зору, приймати якусь з них чи формувати власну. На такій лекції виховується культура дискусії, вміння вести діалог сучасного пошуку й приймати рішення. Підготовка бінарної лекції передбачає попереднє обговорення теоретичних питань її учасниками, їх інтелектуальну і особистісну сумісність; володіння розвинутими комунікативними вміннями; наявність швидкої реакції і здатність до імпровізації. Досвід викладання бінарної лекції на прикладі дисципліни «Професійна майстерність» показав, що полеміка двох викладачів щодо питання: «Фітнес-тренер – «продавець» або «педагог»?» викликала неабиякий інтерес у студентів. Проте, проведення бінарної лекції вимагає дотримання низки умов: психофізіологічна сумісність викладачів, володіння комунікативними навичками та здатність до імпровізації.

На основі *методу запитань і відповідей* викладають *лекцію-конференцію*. Назвавши тему та репрезентувавши на слайді опорний конспект лекції, викладач просить студентів письмово поставити йому запитання на цю тему. Кожний студент повинен упродовж 2-3 хвилин сформулювати найцікавіші запитання, написати на папері й передати педагогу. Лектор протягом 3-5 хвилин класифікує запитання за змістом і починає читати лекцію. При цьому, він викладає матеріал не у формі відповідей на кожне запитання окремо, а у формі розкриття теми лекції. Наприкінці лекції викладач підводить підсумки самостійної роботи й

виступів студентів, доповнюючи чи уточнюючи запропоновану інформацію, і формулює основні висновки. Наш практичний досвід викладання лекції-конференції з дисципліни «Професійна майстерність» свідчить, що така лекція викликає значний пізнавальний інтерес аудиторії, але є ефективною за умов попереднього ознайомлення студентів з темою лекції.

Зауважимо, що вступні та тематичні лекції викладалися за допомогою методу наочності. Так звані лекції-візуалізації передбачали використання викладачем різних видів інформації: текстової, аудіо, графічної, анімації, відео та ін., які не лише доповнюють словесну інформацію, а й самі виступають носіями змістовної інформації. Підготовка до лекції полягає в реконструюванні, перекодуванні змісту лекції або її частини у візуальну форму для подання студентам через технічні засоби. Читання лекції-візуалізації зводиться до вільного, розгорнутого коментування підготовлених матеріалів. У такій лекції важливі візуальна логіка, ритм подачі матеріалу, його дозування, майстерність і стиль спілкування викладача з аудиторією.

При підготовці лекцій-візуалізацій ми спиралися на рекомендації В. А. Гладуш. До них відносяться такі:

- зміст, глибина та обсяг навчальної інформації повинні відповідати пізнавальним можливостям студентів, враховувати їхню інтелектуальну підготовку і вікові особливості;
- слайди презентації повинні містити тільки основні моменти лекції (основні визначення, схеми, анімаційні та відеофрагменти, що відображають сутність явищ, які вивчають);
- під час відбору матеріалу для зорового ряду опису моделі уникати дрібних деталей; не використовувати великих текстових фрагментів;
- загальна кількість слайдів не повинна перевищувати 20–25; не варто перенавантажувати слайди різноманітними спецефектами;
- необхідно підбирати правильне забарвлення презентації, щоб слайд добре «читався»;
- необхідно чітко розрахувати час на показ того чи іншого слайду, щоб презентація була доповненням до лекції, а не навпаки [133, с. 119].

На рис. 5.3. відображено зразки різних типів слайдів, які використовувалися під час лекцій.



Рис. 5.3. Фрагменти різних типів слайдів, які використовувалися під час лекцій (анімаційного, графічного, ілюстративного типів)

Оглядова лекція нами застосовувалася переважно під час підготовки до Державних екзаменів. Такий вид лекції вимагає від лектора систематизації повного обсягу наукових знань за різними дисциплінами, розкриття внутрішньо-предметних і міжпредметних зв'язків. Як правило, основою викладених теоретичних положень є науково-понятійна й концептуальна основа всього курсу чи великих його розділів.

Оглядова лекція нами викладалася за допомогою пояснювально-ілюстративного методу або /та методом запитань і відповідей у формі лекції-консультації. Лекція-консультація може відбуватися за різними сценаріями:

1) у першій половині лекції викладач акцентує увагу студентів на ряді проблем, потім студенти ставлять запитання, а викладач дає відповіді. У кінці заняття проводиться невелика дискусія, вільний обмін думками й лектор робить узагальнення;

2) за кілька днів до лекції викладач збирає запитання студентів в письмовому вигляді. У першій половині лекції викладач відповідає на

них, у другій – на додаткові, йде вільний обмін думками. У висновку лектор робить узагальнення;

Під час підготовки та проведення лекцій ми використовували низку методичних прийомів, які викладені в спеціальній педагогічній літературі [133, 446, 449, 493]:

– *дедуктивний метод* – виклад матеріалу від загального до часткового, коли ми імітуємо відповідні висновки й заохочуємо аудиторію зробити шлях пізнання часткового через загальне;

– *індуктивний метод* – виклад матеріалу від часткового до загального, від знання одиничних чи часткових факторів до загальних правил, узагальнень;

– *метод аналогії* передбачає встановлення відношення еквівалентності (відповідності, схожості) між двома явищами, що розглядаються; при цьому лектор допомагає слухачам зробити аналогічний висновок, який можна сформулювати так: якщо два явища подібні в одному чи кількох аспектах, вони, можливо, схожі в інших;

– *метод контрасту* передбачає використання протилежних (контрастних) аргументів і фактів у процесі викладення лекції;

– *метод концентрації* полягає у тому, що виклад будують навколо одного центру, яким є поставлена проблема. У процесі лекції викладач тримає її в полі зору, повертається до неї, поступово заглиблюючись і розвиваючи висунуте положення;

– *метод ступеневості* полягає у тому, що викладач розкриває проблематику теми, переходячи від однієї частини до іншої;

– *просторовий метод* допомагає подати факти й події наочно, у їхній динаміці та взаємодії. Із застосуванням цього методу лектор стимулює слухача до створення уявних картин, використовує окремі фрагменти опису деяких фактів чи явищ, наукових досліджень у ширшому плані.

Оскільки лекція як організаційна форма навчання супроводжується переважно пасивним сприйняттям інформації, вважаємо за необхідне навести прийоми активізації уваги, які, на нашу думку, є ефективними:

- 1) нестандартність початку лекції. вступна частина лекції повинна викликати емоцію подиву в студентів;
- 2) проведення контролю знань перед лекцією (5-7 хвилин);

3) завдання перед лекцією: перед початком лекції можна запропонувати студентам записати на аркуш відповіді на кілька запитань: «Про що, судячи з назви, піде мова під час лекції?», «Про що я розраховую дізнатися з лекції?», «Що я вже знаю з цієї теми?» тощо;

4) запитання під час лекції. Після кожної невеликої логічної частини тексту викладач ставить один-два запитання й просить кожного студента написати відповіді на аркуші. Потім відповіді можна зібрати й поставити оцінки;

5) застосування карток-сигналів: на лекції можна використовувати картки-сигнали, наприклад, «згоди» або «незгоди». Час від часу викладач може зупинитися й просити всіх показувати за допомогою карток своє розуміння або нерозуміння змісту лекції; знак оклику означає, що все ясно, знак питання – щось неясно, є питання;

6) метод-пінтограм, застосовуючи який, студенти мають скласти конспект лекції (або її частини), але не за допомогою слів, а за допомогою малюнків і символів; слухачі змушені «переводити» слова лектора в образи. Для цього необхідно виділяти ключові ідеї, узагальнювати сказане, підбирати образи й символи, які підходять за змістом, розташовувати їх на аркуші так, щоб було видно, та відобразити існуючі між ними взаємозв'язки. Ця робота вимагає більшої уваги й інтелектуальної напруги, ніж запис слів. У наслідок цього досягається більш глибоке розуміння й засвоєння матеріалу;

7) гумор, провокація чи парадокс. З метою переключення уваги, профілактики розвитку монотонії у студентів лектор застосовує тематичні анекдоти, жартівливі та провокативні висловлювання;

8) активна пауза, у процесі якої лектор у фазі фізіологічного зниження уваги застосовує фізкультхвилинки;

9) метафори, які лектор застосовує, як метод стимуляції в слухачів цілеспрямованої уваги та драматизації матеріалу;

10) зміна темпу мовлення, сили голосу та різноманітна лексика;

11) керована жестикуляція;

12) спірання на особистий досвід;

13) прийом інверсії – мовний зворот, який розгортає звичний, загальноприйнятий хід думок і виразів на діаметрально протилежний;

14) переміщення викладача аудиторією під час пояснення теми;

15) створення ефектної кульмінації на етапі завершення лекції: пропозиція студентам самим зробити висновки за змістом лекції; прохання відповісти на низку запитань; продемонструвати відеофрагмент або текстовий слайд, розказати цікавий факт тощо.

Іншою організаційною формою навчання майбутніх фітнес-тренерів було семінарське заняття.

Ми згодні з В. Л. Ортинським, що семінар (від лат. *seminarium* – розсадник) – вид навчальних занять практичного характеру, спрямований на поглиблення, систематизацію, розширення, деталізацію й закріплення теоретичного матеріалу; контроль знань, здобутих у результаті самостійної позааудиторної роботи над першоджерелами, документами, додатковою літературою тощо; на вироблення вмінь і навичок самостійної роботи з інформацією; формування самостійності суджень; розвиток логічного мислення; уміння відстоювати власні думки, аргументувати їх на основі наукових фактів; оволодіння культурою толерантності тощо [362, с. 232].

На нашу думку, головною ознакою семінарського заняття (на відміну від практичного) є акцент на мисленнєвій та аналітичній активності студента. Семінар, у порівнянні з іншими формами навчання, вимагає від студентів високого рівня самостійності – уміння працювати з декількома джерелами, порівнювати позиції різних авторів, робити власні узагальнення та висновки.

У процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів нами застосовувалися, як традиційні, так й інноваційні форми семінарських занять (за А. М. Алексюком). До них ми віднесли такі, як: семінар запитань і відповідей із подальшим їх обговоренням; семінар-конференція, коли студенти завчасно готують доповіді (реферати), виступають з ними та відповідають на запитання колег; семінар-дискусія, коли студенти завчасно готуються до дискусії та розгортають її безпосередньо на занятті.

Ми вважаємо, що зловживання на семінарських заняттях такою формою, як почергове заслуховування відповідей студентів на запитання викладача призводить до обмеження їх інтелектуальної активності, ставить студентів у пасивну позицію, сприяє відволіканню студентів на позанавчальну діяльність, обмежує можливість прояву співробітництва та

взаємодопомоги в групі, не сприяє формуванню навичок професійного спілкування.

Тому доцільно впроваджувати на семінарських заняттях інтерактивні технології навчання для опрацювання переважно вузлових проблемних тем курсу та питання, які є найбільш важкими для розуміння та засвоєння. Разом з тим, теоретичні питання (терміни, дефініції, поняття, класифікації, ознаки тощо), які потребують запам'ятовування, доцільно оцінювати у формі тестування та бліц-опитування.

Розглянемо детально варіанти організації семінарських занять для майбутніх фітнес-тренерів.

Одним з варіантів проведення семінару-дискусії, який доповнює інші, був метод «круглого столу», характерною рисою якого є поєднання тематичної дискусії з груповою консультацією.

Основною метою проведення «круглого столу» було формування в студентів професійних умінь висловлювати думки, аргументувати свої міркування, обґрунтовувати запропоновані рішення й відстоювати свої переконання. При цьому відбувається повторення навчальної інформації, а також виявлення проблем та питань для обговорення. Для майбутніх фітнес-тренерів існує значний перелік тем, які є доцільними для обговорення за «круглим столом». Наприклад, такі теми, як: «Конкурентоспроможність фітнес-тренера. Шляхи досягнення», «Професіограма фітнес-тренера», «Шляхи розвитку творчого мислення фітнес-тренера», «Специфіка фітнес-послуги як продукту діяльності фітнес-тренера» тощо. Розглянемо особливості застосування вказаної методики на прикладі теми «Управління мотивацією споживача фітнес-послуг».

При проведенні «круглого столу» ми дотримувались певних правил. По-перше, це розташування учасників заняття обличчям один до одного. Такий спосіб організації сприяє зростанню активності, збільшенню числа висловлювань, можливості особистого залучення кожного студента в обговорення, підвищенню мотивації. По-друге, викладач також розташовується у загальному колі, що створює неформальну обстановку в порівнянні з загальноприйнятною, де він сидить окремо від студентів і вони звернені до нього обличчям.

Проведення «круглого столу» передбачає реалізацію трьох технологічних стадій, які є загальноприйнятими у педагогічній практиці.

С. В. Сатикова до них відносить такі стадії: підготовчу, дискусійну та аналітичну [418, с. 110]. На підготовчій стадії викладач (він же є модератором) повинен вирішити такі завдання:

1) сформулювати проблему і мету дискусії. У нашому випадку метою круглого столу є інтеграція різних думок щодо методів управління мотивацією споживачів фітнес-послуг;

2) створити необхідну мотивацію, тобто викласти проблему, показати її значущість, виявити суперечності, визначити очікуваний результат (рішення). Разом з тим, важливо створити доброзичливу атмосферу на занятті;

3) уточнити понятійний апарат з метою однозначного семантичного розуміння термінів, понять тощо. До таких понять ми віднесли «мотив», «мотивація», «мотиватори», «фітнес-послуга», «потреба»;

4) установити регламент виступів;

5) сформулювати правила ведення дискусії, основне з яких, – «виступити повинен кожен студент». Крім того, викладач наголошує на необхідності уважно вислуховувати доповідачів, не допускати повторень та особистої конфронтації;

6) підготувати відповідну атрибутику та матеріали: фломастери, аркуші паперу, дошку тощо.

Тривалість підготовчої стадії тривала 2-15 хвилин (приблизно, 1/6 часу дискусії).

Дискусійна стадія передбачала колективне обговорення поставленої проблеми за такими питаннями, як: «Перелік мотивів споживача фітнес-послуг», «Методи з'ясування мотивів споживача фітнес-послуг», «Технології управління мотивацією споживача фітнес-послуг».

Основним завданням цієї стадії було зібрати максимум ідей та пропозицій. Виступаючи, кожен може відразу внести свої пропозиції, а може спочатку просто виступити, а пізніше сформулювати свої пропозиції. Викладач має управляти процесом обміну думок та, у разі необхідності, тактовно зупиняти доповідачів, спрямовуючи їх до запланованого регламенту. Разом з тим, викладач повинен підтримувати високий рівень активності всіх учасників, не допускати надмірної активності одних студентів за рахунок інших; повинен записувати основні ідеї та суперечності, оперативно проводити аналіз висловлених ідей,

думок, позицій, пропозицій перед тим, як переходити до наступного витка дискусії. Тривалість етапу обговорення повинна бути не менше 1/3 всього часу «круглого столу».

Аналітичну стадію ми проводили одразу після дискусії. На даному етапі викладач формулює підсумки «круглого столу», уточнює ступінь досягнення мети, використовуючи всі записи та візуалізації, висловлює подяку всім студентам за активну участь, відзначає тих, хто допоміг у вирішенні проблеми.

Тривалість етапу підведення підсумків – до 1/6 часу «круглого столу».

При проведенні семінарських занять досить ефективною була дискусійна техніка «Сніжний ком», метою якої є напрацювання та узгодження думок усіх членів групи. При використанні цієї техніки до активного обговорювання залучаються практично всі студенти. Кількість осіб може досягати 30-35. Для проведення цього виду дискусії необхідно підготувати значну кількість карток (половина аркуша А 4) і маркери. Етапи проведення: 1. Студентам роздають по 4-8 карток. Кожному пропонується написати по 4-8 варіантів вирішення того чи іншого питання. На кожній картці пишеться тільки один варіант. 2. Студенти об'єднуються в пари. У результаті обговорення пара відбирає найбільш узгоджені пропозиції-картки. Їх має бути трохи більше половини від загальної суми карток (наприклад, з 10 карток залишити тільки 6). 3. На третьому етапі студенти об'єднуються в четвірки і також шляхом дискусії в мікрогрупах залишають трохи більше половини карток від загальної суми (наприклад, з 12 залишити 7). 4. Представник від групи захищає загальні напрацювання, демонструючи картки аудиторії. Після цього картки, зафіксовані на дошці, коментуються кожною групою, а потім проводиться класифікація й систематизація пропозицій, виділяються схожі варіанти. Наприклад, у межах дисципліни «Професійна майстерність» за допомогою техніки «Сніжний ком» здійснювалось обговорення проблеми «Фактори успіху в діяльності фітнес-тренера».

Важливим етапом проведення методу дискусій є оцінювання студентів. Ми вважаємо, що оцінюватися повинні будь-які позитивні дії студента під час обговорення: кожне висловлення в дискусії, визначення власного ставлення до дискусійного питання, надання інформації, що ґрунтується на фактах, які отримані протягом підготовчого етапу,

зауваження з даної теми, уточнюючі запитання, проведення аналогій, вміння слухати, тактовні зауваження під час гострих моментів дискусії, залучення до дискусії пасивного студента. Усе це гарантує високу активність учасників і дозволяє зацікавити обговоренням максимальну кількість студентів. І навпаки, бали віднімаються за переривання оратора, монополізування дискусії одним доповідачем, висловлення несуттєвих зауважень, повторення інформації, уже внесеної до дискусії іншим учасником, агресивну поведінку. Ці критерії викладач на початку заняття доводить до відома студентів.

Розкриваючи організаційні моменти проведення семінарів, ми поділяємо точку зору Т. І. Туркот щодо необхідності проведення лекцій і семінарів одним викладачем, адже за таких умов реалізується єдиний підхід до вивчення окремих тем чи питань курсу, здійснення систематичного контролю за самостійною роботою студентів. Крім того, в процесі підготовки та проведення семінарських занять є недоцільною практика розподілу студентами між собою того чи іншого питання з загального переліку питань з теми семінарського заняття. На думку науковців, це призводить «до формалізму, пасивності основної частини академічної групи» [493].

Ефективним методом розвитку системного мислення майбутніх фітнес-тренерів й здатності їх вирішувати конкретні професійні ситуації був кейс-метод (case study methods). Ми згодні з О. М. Роговою, що метод кейсів – це метод навчання, при якому студенти та викладачі беруть участь у безпосередньому обговоренні ділових ситуацій або завдань. Ці кейси зазвичай підготовлені у письмовій формі й розроблені на базі досвіду реальних людей, що працюють у певній сфері економіки [397, с. 27]. При цьому, на відміну від навчальних завдань, у подібних ситуаціях відсутній чітко виражений набір вихідних даних, які необхідно використовувати для отримання єдиного правильного рішення.

З позиції аналітичної складності В. Ф. Вишнопольська виділяє три групи ситуацій [113, с. 30]: 1. Наявні описи проблем та їх вирішення: необхідно обґрунтувати свою згоду або незгоду. 2. Наявні описи проблем: необхідно назвати варіанти їх вирішення. 3. Наявний опис ситуації: необхідно виділити проблеми і їх можливі вирішення.

При розробці кейсів ми дотримувалися рекомендацій О. А. Реутової [396] щодо етапів роботи із застосуванням метода кейс-стаді (табл. 5.4).

Таблиця 5.4

Технологія підготовки та навчання із застосуванням кейс-методу

Етап роботи	Дії викладача	Дії студента
До заняття	Підбирає кейс. Розробляє сценарій заняття. Визначає основні і допоміжні матеріали для підготовки студентів.	Отримує кейс і список рекомендованої літератури. Індивідуально готується до заняття.
Під час заняття	Ділить групу на підгрупи (склад 4-6 осіб) Організовує попереднє обговорення кейса, залишаючись у нейтральній позиції. Керує обговоренням кейса в підгрупах, забезпечуючи їх додатковою інформацією	Ставить запитання, що поглиблюють розуміння кейса й проблеми. Розробляє варіанти рішень, слухає, що говорять інші. Приймає рішення або бере участь у його ухваленні. Кожна підгрупа обирає спікера, який після завершення роботи доповідає протягом 10 хвилин про її результати
Після заняття	Оцінює роботу студентів.	Складає письмовий звіт про заняття з даної теми.

Розглянемо можливості застосування міні кейс-методу на семінарських заняттях з дисципліни «Професійна майстерність».

Нами були розроблені ситуації-проблеми, які мають місце в професійній діяльності фітнес-тренерів. Час на виконання – приблизно 30-45 хвилин.

Кейс 1. «Клієнт фітнес-клубу із наявними ознаками надлишкової маси тіла під час розмови з тренером заявляє про бажання тренуватися «для себе». У відповідь тренер пропонує клієнту варіанти фітнес-програм аеробної спрямованості, акцентуючи на заявлених результатах щодо схуднення. Проте, тренер отримує неочікувану реакцію з боку клієнта: він відмовляється від подальшої сумісної роботи. Питання для обговорення: 1. Чому, на Вашу думку, так сталося? 2. Запропонуйте оптимальні варіанти розмови з клієнтом.

Кейс 2: «Тренер проводить перше тренування в тренажерному залі з клієнткою 32 років. Під час тренування клієнтка в наказовому тоні звертається до тренера з вимогою принести їй пляшку води з бару. У відповідь тренер, відчуваючи себе приниженим, зауважує, що до його професійних обов'язків входить винятково функція тренування. На що клієнтка ображається й висловлює своє незадоволення. Питання для обговорення: 1. «Чи правильно діяв тренер?» 2. «Обґрунтуйте свою

відповідь у випадку згоди або незгоди». 3. «Зробіть припущення щодо причин поведінки клієнтки». 4. Як би Ви вчинили на місці тренера та чому?»

Кейс 3. За результатами опитування та діагностики фізичного стану чоловіка 55 років тренер зробив висновок, що клієнт має низький рівень фізичного стану, надлишкову масу тіла та інші фактори ризику виникнення серцево-судинних захворювань. Тому запропонував заняття з оздоровчої ходьби. Натомість клієнт вважає, що йому необхідні бігові навантаження в поєднанні з силовими тренуваннями в тренажерному залі (оскільки він «був спортсменом у молоді роки»). Питання для обговорення: «Чи є правильними дії тренера? Обґрунтуйте свою відповідь». 2. «Чи є можливість задовільнити бажання клієнта? Обґрунтуйте свою відповідь». 3 «Які аргументи може привести тренер для переконання клієнта у правильності обраної програми тренування?»

На нашу думку, кейс-метод є універсальним методом, який інтегрує низку інших технологій: проблемних, ігрових, дискусії, системного аналізу, моделювання, «мозкової атаки», «морфологічного аналізу», «синектичного аналізу» тощо.

Наприклад, за умов застосування методу «мозкової атаки» необхідно дотримуватися певних правил: будь-яка ідея повинна бути вислухана; будь-хто може висловити одну або кілька ідей одночасно, щоб не заблокувати свою фантазію; усі члени групи повинні утримуватися від критики; після того, як ідеї висловили всі члени групи, відбувається їх послідовне обговорення й вироблення спільного рішення; член групи, незгодний із загальним рішенням, має право виступити з окремою думкою на етапі захисту теми.

За правилами морфологічного аналізу проблему, що розглядається, необхідно розкласти на ряд системних елементів, які розподіляються між учасниками обговорення. Запропоновані рішення стикаються в єдиний логічний ланцюжок, далі обговорюється запропоноване рішення проблеми в цілому.

Метод «синектики» призначений для вирішення складних творчих завдань, спрямований на активізацію інтуїтивно-образного мислення учасників. За правилом синектичного аналізу модератор підгрупи презентує проблему; потім проблема піддається аналізу із використанням мозкової атаки або морфологічного методу; робиться спроба долучити до

розгляду відомі аналоги та шляхи вирішення схожих проблем; відомі рішення порівнюються з актуальною проблемою; остаточно формулюється думка підгрупи для доповіді результатів за підсумками роботи над темою (О. М. Рогова [397, с. 37]). При синектичному аналізі передбачено обов'язкове виконання чотирьох спеціальних прийомів, заснованих на аналогії: прямому (подумайте, як вирішуються подібні завдання); емпатійному (спробуйте увійти в образ даного об'єкта і міркувати з його точки зору); символічному (дайте в двох словах образне визначення суті проблеми); фантастичному (уявіть, як би це завдання вирішили казкові герої, інопланетяни). Таким чином, забезпечується розвиток самостійності та ініціативності в студентів, вміння орієнтуватися в широкому колі питань, пов'язаних із різними аспектами діяльності фітнес-тренера.

Іншим варіантом проведення кейс-методу в процесі навчання майбутніх фітнес-тренерів було застосування *методики «Займи позицію»*. Використання цієї методики дозволяє виявити наявні думки, побачити прихильників і противників тієї чи іншої позиції, почати аргументоване обговорення питання. Обговорення починається з постановки дискусійного питання, тобто питання, яке передбачає протилежні відповіді (наприклад, «Ви «за» чи «проти» такого рішення фітнес-тренера?»). Усі учасники, подумавши над запитанням, підходять до однієї з чотирьох табличок, розміщених у різних частинах аудиторії: «Абсолютно за»; «Абсолютно проти»; «Переважно за»; «Переважно проти». Зайнявши позицію, учасники обмінюються думками щодо проблеми й наводять аргументи на підтримку своєї позиції. Будь-який учасник може вільно поміняти позицію під впливом переконливих аргументів. При цьому, доцільно навчати студентів аргументувати свою позицію в дискусії за допомогою такого алгоритму: 1) позиція («я вважаю, що...»); 2) обґрунтування («тому, що...»); 3) факт («наприклад...»); 4) висновок («у зв'язку з цим...»).

Досить ефективним у процесі навчання майбутніх фітнес-тренерів виявилось застосування *технології кооперативного навчання*. Ця технологія передбачає роботу в малих групах, зокрема парах, під час проведення семінарських занять. Процес навчання в рамках даної технології закінчується взаємоперевіркою знань студентів із підбиттям підсумків роботи кожної малої групи та кожного студента. Наш досвід

застосування такої технології свідчить про недоцільність групування студентів на трійки або четвірки.

Застосування *методики «Дерево рішень»* дозволяло майбутнім фітнес-тренерам набувати практичних навичок вибору оптимального варіанту рішення проблеми. Для цього кожний варіант оцінюється з позицій переваг та недоліків. А потім групою приймається остаточне рішення.

Оцінювання роботи студентів на семінарах-дискусіях проводилося за такими критеріями: здатність виробляти моделі вирішення проблем; прояв системного, аналітичного і стратегічного мислення; уміння застосовувати знання з профільних дисциплін; самостійність та ініціативність; оригінальність підходу; комунікативні здібності; уміння працювати з інформацією, аргументувати і відстоювати свою точку зору; презентація результатів аналізу проблемної ситуації.

Отже, інтерактивні методи навчання, на нашу думку, повинні застосовуватися в комплексі з іншими методами навчання, зокрема традиційними, оскільки вони закладають у студентів обсяг обов'язкових нормативних знань.

Семінарські заняття в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів поєднувалися з практичними.

Ми згодні з В. А. Гладуш та Г. І. Лисенко, що практичне заняття – це форма організації навчального процесу, під час якого за завданням і під керівництвом науково-педагогічного працівника студенти виконують практичну аудиторну чи позааудиторну роботу з будь-якого предмета [133, с. 99]. Основними дидактичними завданнями практичних занять (грец. *prakticos* – діяльний), що застосовувалися в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів, було закріплення й деталізація наукових знань, формування практичних умінь та навичок, що складають компоненти професійної компетентності фітнес-тренера та забезпечення зворотного зв'язку між студентом та викладачем.

Структура практичного заняття традиційно включає постановку теми, мети та завдань; попередній контроль вихідного рівня готовності студентів до практичного заняття; відповіді на питання, які викликали труднощі; вирішення оперативних практичних завдань заняття; їх обговорення або оцінювання; заохочення кращих студентів, оголошення завдань наступного практичного заняття та надання рекомендацій до

самостійної роботи. При проведенні практичних занять кількість студентів не може перевищувати половини академічної групи.

У процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів практичні заняття широко застосовувалися на дисциплінах циклу гуманітарної та соціально-економічної підготовки, природничо-наукової (фундаментальної), загально-професійної та професійної і практичної підготовки.

Не применшуючи внесок усіх дисциплін навчального плану підготовки майбутніх фітнес-тренерів у формування їх професійної компетентності, розглянемо детально специфіку проведення практичних занять на таких дисциплінах циклу професійної і практичної підготовки, як: «Професійна майстерність» та «Фітнес-технології». Майбутні фітнес-тренери виконували такі види навчальної діяльності:

- виконання розрахунково-графічних робіт, схем, графіків, розробку фітнес-програм, планів-конспектів уроку, складання анкет тощо;

- участь у тренінгових програмах щодо формування професійних поведінкових навичок та розвитку професійно важливих особистісних якостей фітнес-тренера («Професійна майстерність»);

- засвоєння техніки виконання фізичних вправ з різних напрямів оздоровчого фітнесу та фізичної рекреації (аеробіка, аква-аеробіка, ментальний фітнес, силовий фітнес, туризм та орієнтування, тощо);

- організаційна діяльність, яка передбачала безпосереднє проведення занять за напрямками оздоровчого фітнесу.

З метою формування дидактично-рухової субкомпетентності майбутнього фітнес-тренера ми застосовували загальноприйняті та специфічні методи навчання руховим діям з окремих напрямів фітнесу. Так, за М. М. Богеном, відповідно до закономірностей поетапного формування дій та понять, процес навчання руховим діям складається з наступних послідовних етапів: формування знань про рухову дію, створення комплексного уявлення про рухову дію (створення зорового, логічного та кінестетичного образу); формування рухового уміння та рухових навичок [59, с. 37].

Для створення уявлення про рухову дію в процесі навчання майбутніх фітнес-тренерів ми дотримувалися такої послідовності: 1) постановка завдань; 2) демонстрація вправи; 3) пояснення окремих основних опорних моментів, з яких складається програма дії;

концентрація уваги студентів не тільки на суттєвих елементах дії, але й на логіці їх об'єднання;4) повторна демонстрація з паралельним наданням словесної інструкції із виокремленням можливих помилок та шляхів їх виправлення та описом м'язових відчуттів. Основним методом навчання на цьому етапі був метод суворо регламентованої вправи, із застосуванням цілісного та розчленовано-конструктивного методу, а методичними прийомами на етапі початкового розучування слугували уповільнений і розчленований показ рухової дії, перегляд малюнків, схем, відеозображень.

На етапі засвоєння рухової дії на рівні уміння здійснювалося поглиблене деталізоване розучування. Метою цього етапу був такий рівень володіння руховою дією, який відрізняється необхідністю детального свідомого контролю за дією, невисокою швидкістю, нестійкістю і короткочасністю запам'ятовування. Основним методом формування рухової дії було практичне виконання вправи із одночасним вимовлюванням студентами вголос схеми рухової дії. На цьому етапі важливим був коригуючий вплив викладача у формі словесних вказівок та страховки.

Відомо, що запам'ятовування рухової дії пов'язане з кількістю повторень й величиною інтервалів між ними. На нашу думку, заслуговують уваги дослідження І. В. Абсалямової, у яких показано, що при вивченні складних за координацією рухів початківці покращують техніку виконання вправи до 5-6-ї спроби, потім якість дії стабілізується до 10-12-ї спроби, після чого техніка погіршується (при оптимальному інтервалі відпочинку між спробами у 60 с). Дослідниця рекомендує початківцям виконувати навчальну дію серіями по п'ять повторень із 3-хвилинними інтервалами між серіями, усього 3-4 серії. Для ефективного засвоєння рухової дії необхідно повторювати досліджуваний матеріал ще 1-2 рази протягом першої доби з моменту його вивчення [2, с. 12]. З огляду на це, майбутнім фітнес-тренерам давались домашні завдання з метою самостійного повторення засвоєних на практичному занятті технічних елементів.

На третьому етапі відбувається закріплення та подальше вдосконалення техніки рухових дій й формування рухової навички, що характеризується автоматизмом, високою швидкістю, стабільністю виконання. З метою формування навичок на практичних заняттях

застосовувався метод цілісного або розчленованого практичного виконання вправи. На цьому етапі навчання рухова дія виконувалася студентами без попереднього голосного промовляння його схеми і на оптимальній швидкості для вирішення рухового завдання. Поряд із методами стандартної повторної вправи широко застосовувалися методи варіативно-змінної вправи.

У процесі навчання руховим діям ми враховували закономірності запам'ятовування інформації. Так, за George A. Miller, у короткочасній пам'яті може перебувати не більше 7 ± 2 об'єктів, причому кількість інформації в кожному з об'єктів не має значення. Ефект первинності зникає, якщо студент не повторює інформацію (у нашому випадку, кінестетичну); якщо після пред'явлення останньої порції інформації студент повинен виконувати додаткові мнемічні дії [602, с. 81-97].

Отже, підґрунтям для реалізації процесу навчання майбутніх фітнес-тренерів руховим діям були вищевказані підходи та методи. Проте, у межах практикування окремих напрямів фітнесу на сьогодні сформувалися специфічні методичні підходи до навчання руховим діям.

Розглянемо специфіку навчання руховим діям на прикладі аеробіки, оскільки техніка рухів у цьому напрямі фітнесу має складно-координаційний характер. Базовими поняттями в теорії та практиці навчання рухам в аеробіці можна назвати такі: базові кроки, послідовність навчання, комбінація, внутрішня структура комбінацій, етапи складання комбінацій, методи розучування й освоєння комбінацій, модифікація, музичний супровід, методичні прийоми навчання й управління групою. Методика навчання студентів техніці рухів в аеробіці здійснювалося за такою послідовністю: 1) базові елементи (однотипні рухи); 2) серія базових елементів (модифікації елементів); 3) з'єднання (логічний перехід від одного руху до іншого); 4) комбінації (серія з'єднань, що виконуються симетрично); 5) частини комплексу (певна кількість комбінацій); 6) комплекс вправ класичної аеробіки.

Засвоєння базових рухів в аеробіці здійснювалась із застосуванням словесного методу, методом показу, цілісного та розчленованого розучування вправи. Навчання модифікації елементів проходило за рахунок вертикального та горизонтального переміщення загального центру тяжіння, зміни площини виконання руху, різних рухів руками, головою, тулубом, поворотів тулубом тощо. Навчання комбінаціям

рухових дій реалізувалися за допомогою переважно розчленованого розучування.

Методами розучування й засвоєння комбінацій в аеробіці слугували метод «лінійної прогресії»; метод «від голови до хвоста»; «зигзага»; «складання» та «блок-метод».

Із застосуванням методу «лінійної прогресії» спочатку багаторазово повторюють той чи інший елемент ногами, наприклад, приставний крок (елемент А), потім додають рух руками (елемент Б). Потім можна ускладнювати елемент за рахунок зміни напрямку, темпу і т.п. Далі переходять до іншого елемента (елемент В). Таким чином, вибудовується певний ланцюжок з елементів; «А – Б – В – Г...».

Метод «від голови до хвоста». Спочатку виконується й багаторазово повторюється вправа А, потім – Б; потім знову повертаються до вправи А, яку з'єднують із вправою Б («А – Б»...). Кожну вправу повторюють багаторазово. Потім розучується новий рух – В, яку з'єднують із вправою Б (вправа А не повторюється) («Б – В»...), далі – Г («В – Г»...).

Метод «зигзага» полягає у використанні комбінацій із різних елементів, тому він застосовується на тому етапі, коли студенти вже засвоїли окремі елементи та з'єднання. Використання даного методу вимагає високої концентрації уваги й достатньої координації рухів. Схема даного методу має таку формулу: «А – Б...»; В; «А – Б – В...».

Наступна методика, яку використовував викладач, – «складання». На відміну від попередньої методики, у комбінації повторюються не окремі вправи, а їх з'єднання: «А + Б...»; В; «А + Б + В...»; Г; «А + Б + В + Г...».

«Блок-метод», який є найбільш складною формою організації різних елементів хореографії та аеробіки, застосовувався на четвертому році навчання майбутніх фітнес-тренерів. Схема даного методу має таку формулу: «А + Б...»; «В + Г...»; «Д + Е...»; «А + В + Д + Е...». Таким чином, комбінація буде складатися з 4 елементів, на 32 рахунки або більше. Можна продовжити комбінацію, додавши елементи Ж, З.

Зауважимо, що засвоєння базових кроків та розучування комбінацій здійснювалося послідовно за принципом від простого до складного.

Одним із дидактичних завдань, які вирішувалися на практичних заняттях, була побудова внутрішньої композиції комбінацій. На практичних заняттях з аеробіки студенти розучували «класичний» метод та методи «перевернутої піраміди». Ми не будемо детально описувати їх

сутність, оскільки методика навчання руховим діям в аеробіці детально викладена в посібниках В. Ю. Давидова [150], Т. С. Лисицької та Л. В. Сидневої [302]. Крім того, у межах змістового блоку «Аеробіка» студенти повинні були засвоїти етапи складання комбінацій у регламентованому стилі. Регламентований стиль передбачав наступні етапи складання навчальних комбінацій: перший етап – підбір елементів, які будуть включені в комбінацію; другий етап – вибір музичного супроводу; третій етап – безпосереднє складання комбінації на певну кількість рахунків з урахуванням динамічних акцентів в музиці.

Методичні прийоми навчання й управління академічною групою, які викладалися майбутнім фітнес-тренерам включали способи оперативного коментаря і пояснень, прямого та зворотного підрахунку, дзеркального показу, використання системи знакової системи управління групою.

Таким чином, навіть поверхневе ознайомлення з методикою навчання рухів в аеробіці свідчить про значні вимоги до інтелектуальних та фізичних ресурсів студентів.

Методика навчання базовим рухам в аквааеробіці має схожий алгоритм з методикою навчання в аеробіці, хоча має специфічні ознаки у зв'язку зі специфікою водного середовища.

Певною специфікою відрізнявся процес навчання руховим діям за системою Пілатеса. До переліку вправ, які входять у програму навчання, відносяться: вихідні положення для досягнення релаксації певних груп м'язів, техніка латерального дихання, техніки «стабілізації» м'язів тазового дна, поперекових м'язів живота у різних вихідних положеннях, техніка «концентрації» на певних ділянках тіла в стані спокою та в русі. Переважним методом навчання, крім зазначеного вище методу поетапного формування рухових дій (М. М. Боген), були методи ідеомоторного навчання, методи розвитку концентрації та кінестетичних відчуттів за допомогою застосування метафор, візуальних та аудіальних субмодальностей, технік нейролінгвістичного програмування («якоріння») тощо. Так, при вивченні вправи «згинання та розгинання нижньої кінцівки у колінному суглобі» викладач подає таку команду: «Уявіть, що під Вашою правою ногою розташоване велике тістечко, яке Ви би не хотіли розчавити» або «коли Ви робите вдих, підніміть м'язи тазового дна і втягніть нижню частину живота таким чином, як ніби ви застібаєте невидиму блискавку».

Отже, процес навчання майбутніх фітнес-тренерів техніці виконання рухових дій з різних напрямів фітнесу включав різноаспектні засоби як за динамікою, так і за інтенсивністю.

Відпрацювання організаційних умінь та навичок фітнес-тренера здійснювалося методом суворо регламентованої вправи із застосуванням фронтального методу – «учіння через навчання» (Жан-Поль Марган), коли один студент навчає групу студентів. Наша практика проведення методу «учіння через навчання» свідчить, що ефективність засвоєння інформації є вищою, коли студент навчає представників іншої академічної групи або студентів молодших курсів. На рис. 5.4 показані фрагменти практичних занять за напрямами фітнесу.

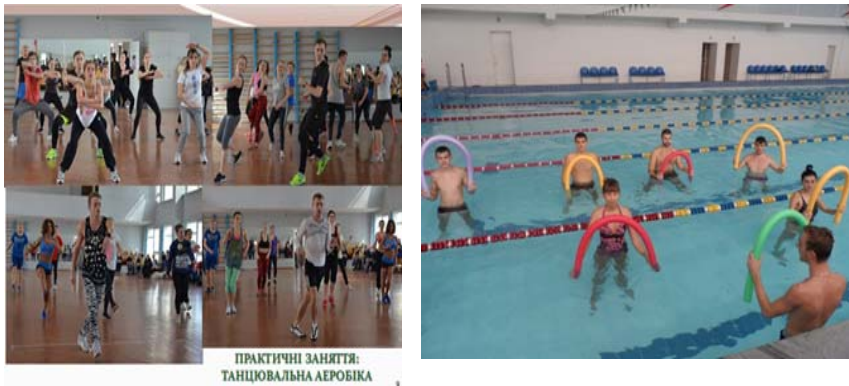


Рис. 5.4. Фрагменти практичних занять з дисципліни «Фітнес-технології»

Ефективним, на нашу думку, інтерактивним методом навчання майбутніх фітнес-тренерів був метод майстер-класу. Майстер-клас (від англ. masterclass: master – кращий в якій-небудь галузі + class – заняття, урок) – це сучасна інтерактивна форма навчання, призначена для відпрацювання практичних навичок з метою підвищення професійного рівня, а також обміну досвідом між учасниками, що об'єднує формат тренінгу та конференції. Для проведення майстер-класу запрошувався експерт – провідний фахівець у сфері оздоровчого фітнесу, який проводив

заняття за такими етапами: презентація, демонстрація та обговорення. На рис. 5.5 представлено фрагменти таких занять.



Рис. 5.5. Фрагменти майстер-класів від провідних фахівців галузі фітнесу

Значною подією у навчально-виховному процесі було проведення студентських олімпіад, зокрема Всеукраїнської студентської олімпіади зі спеціальності «Фітнес та рекреація». На цьому заході кращі студенти мали можливість випробувати свої знання, уміння та навички, а їх однокласники покращити власний рівень володіння руховими навичками з напрямів оздоровчого фітнесу та долучитися до корпоративного професійного свята (рис. 5.6).



Рис. 5.6. Фрагмент виконання конкурсних завдань Всеукраїнської студентської олімпіади зі спеціальності «Фітнес та рекреація»

З метою формування ділових, вольових, комунікативних, лідерських та інших професійно важливих якостей майбутніх фітнес-тренерів нами активно впроваджувались тренінгові технології, зокрема рольові ігри та види соціально-психологічного тренінгу.

Рольові ігри як метод навчання та форма організації передбачає можливість відпрацювання тактики професійної поведінки фітнес-тренера, функцій та обов'язків. Застосування рольових ігор у процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів дозволяє зекономити значну кількість навчального часу, залучити студентів до активного засвоєння матеріалу, значно підвищити мотивацію вивчення теорії, надає можливість отримати власний досвід у професійній сфері за рахунок моделювання ігрової ситуації, наближеної до практики, сприяє розвитку креативності та ініціативи, формує навички групової роботи. У процесі такої гри для пошуку виходу з конкретної ситуації, студентам

пропонуються ролі, які можуть носити індивідуальний чи груповий характер. Завданням гри є вироблення для виконавця кожної ролі на кожному етапі гри оптимальної стратегії поведінки. У кінці гри викладач організовує публічне обговорення отриманих результатів.

Розглянемо методику проведення рольової гри «Робота із запереченнями» в межах дисципліни «Професійна майстерність».

План гри: 1. Організаційний етап. Розподіл на групи. 2. Пояснення змісту та правил гри. 3. Реалізація ігри. 4. Підведення підсумків, обговорення позитивних та негативних моментів та оцінювання роботи кожного студента. 5. Домашнє завдання на наступне заняття.

Мета: закріпити навички розмовного алгоритму із споживачем фітнес-послуг в ситуації заперечення.

Тривалість одного раунду: 2-3 хвилини.

Обладнання: заздалегідь підготовлені картки із запитаннями-запереченнями в достатній кількості на групу (можуть бути відсутні); аркуш паперу в кожного студента.

Форма заняття: робота в парах.

Учасники: усі студенти групи по чергово беруть участь у грі.

Сценарій гри. Ситуація розгортається у фітнес-клубі під час розмови фітнес-тренера з клієнтом. Мова йде про можливість та важливість подальшого співробітництва з фітнес-тренером, про переваги персонального тренінгу над груповим для конкретного клієнта. Клієнт ставить запитання, виказуючи свої сумніви та незгоду.

Ролі: кожна ігрова група складається з уявного «клієнта» та уявного «фітнес-тренера».

Правила гри: кожна пара методом випадкового вибору витягує одну картку з запитанням. «Клієнт» звертається до фітнес-тренера з відповідним запитанням-запереченням, на яке тренер повинен відповісти. Потім пара міняється ролями.

Критерії оцінювання: відповідність відповідей студента теоретичним положенням за обраною тематикою гри, швидкість прийняття рішення, результативність, оригінальність, багатоваріантність відповідей. Розраховується середнє арифметичне значення суми балів за результатами самооцінювання учасників гри (0-5 балів) та оцінки викладача.

За подібним алгоритмом (але різними сценаріями) ми проводили імітаційні ігри за такими тематичними назвами: «Перший інструктаж», «Чого бажаєте?», «Закінчи розмову» тощо.

Одним з варіантів рольових ігор може бути гра, у якій одну роль (наприклад, клієнта або колеги) грає викладач, а кожен студент у групі грає роль фітнес-тренера. Сюжет гри може описувати будь-яку конфліктну ситуацію між клієнтом та фітнес-тренером або між фітнес-тренером та його колегою. Тематикою таких ігор може бути: «Мені не подобається ваша методика тренування!», «Прибери за собою!», «Ви знову запізнилися на тренування!» тощо. Критеріями оцінювання студентів можуть бути продуктивність діалогу, демонстрація безконфліктності, швидкість прийняття рішення, відповідність методології або сам факт участі та отримання практичного досвіду. Зауважимо, що конфліктні ситуації як предмет аналізу необхідно надавати студентам заздалегідь у формі домашнього завдання.

Метою соціально-психологічного тренінгу було розвиток умінь та навичок соціальної взаємодії. Робота тренінгової групи характеризується активністю, творчою позицією, усвідомлюванням, партнерською взаємодією. При плануванні тренінгових занять викладачу необхідно враховувати низку моментів: адекватний вибір психогімнастичної вправи, інструктування групи, діагностику групи та обговорення. Структура тренінгового заняття включала ритуал привітання, розминку, основний зміст заняття, рефлексію та ритуал прощання.

Для цього ми на практичних заняттях з дисциплін «Фітнес-технології» та «Професійна майстерність» застосовували такі модулі-тренінги: акторської майстерності (С. В. Гіппіус [131]); сенситивності, креативності (Н. Ю. Хряцова) [517]; педагогічної спостережливості, комунікативної компетенції (К. Рудестам) [403], О. В. Євтихов [177]); тренінг лідерства (М. Ш. Кипнис [240]); самопрезентації, самооцінки та самоідентифікації (В. М. Федорчук [501]). Зауважимо, що проведення соціально-психологічних тренінгів вимагає спеціальної підготовки викладача або наявності у нього психологічної освіти. Досвід проведення таких тренінгів на практичних заняттях свідчить про доцільність проведення міні-тренінгів, які займають лише частину загальної тривалості практичного заняття.

Разом з тим, у процесі навчання майбутніх фітнес-тренерів застосовувалися й командоутворювальні ігри (тімбілдінг) з метою отримання навичок спільної роботи та навчання прийомів вироблення загальної стратегії. У процесі таких ігор вирішувалися й інші завдання: розвиток стресостійкості, відповідальності, уваги до інших, цілеспрямованості та активності. Такі ігри доцільно планувати на 2-4 академічної години. Система завдань у тімбілдінгу будується таким чином, що виконати завдання можна лише за участю всіх членів команди. Прикладом такої ігри можуть бути тематичні квести, рекреаційні мотузкові ігри на досягнення командних цілей. Так, проведення класичних мотузкових вправ передбачає роботу з мотузками, карабінами, альпіністським спорядженням тощо. Основою для проектування таких ігор слугували рекомендації Д. В. Савінова [412].

Важливою формою організації процесу навчання майбутніх фітнес-тренерів була *самостійна та індивідуальна робота* студента, яка здійснювалась в аудиторний та позааудиторний час. Зазначимо, що зміст самостійної роботи студента над конкретною дисципліною визначається навчальною програмою дисципліни, системою навчально-методичних засобів, завданнями та вказівками викладача.

Проблемою сьогодення є те, що майбутні фітнес-тренери значну частину вільного від навчання часу витрачають на трудову діяльність. Ситуація ускладнюється й низьким рівнем готовності молодих людей до системного та глибокого опрацювання інформації. На нашу думку, для підвищення ефективності самостійної роботи студента необхідно дотримуватись таких правил: під час індивідуальних та групових консультацій навчати студентів алгоритмізації пошуку та засвоєння інформації, пропонувати тематику професійно-прикладної, проблемної спрямованості й особистісної значущості; надавати можливість вибору теми; пропонувати диференційовані завдання за рівнями складності; своєчасно та в повній мірі інформувати про види робіт, час виконання завдання, критерії оцінювання та терміни надання результатів; дотримуватися принципу прозорості оприлюднення отриманих балів; здійснювати регулярний контроль за виконанням завдань; забезпечувати доступ до інформації за кожною темою самостійної роботи.

Як ми зазначали раніше, у структурі лекційних, семінарських та практичних занять домінує самостійна робота студента. Так, на лекціях студенти повинні швидко законспектувати викладений матеріал, при цьому бажано, щоб він був певним чином структурований. У зв'язку з цим, ми вважаємо, що важливим дидактичним завданням є навчання студентів (переважно на I році навчання) методиці оперативного оформлення інформації. До таких методик належить метод Корнела, метод ментальних карт, метод стенографії, метод речень, flow method, метод таблиць, методи швидкісного конспектування, які детально представлені в навчальному посібнику В. О. Анісімової [23]. Досить прогресивним методом конспектування інформації є метод за Mike Rohde [642] та опорних сигналів В. Ф. Шаталова [526]. Ми переконані в тому, що засвоєння методів опрацювання інформації дозволить значно підвищити продуктивність навчання студентів.

На семінарських та практичних заняттях самостійна робота майбутнього фітнес-тренера здійснювалася під керівництвом викладача та носила, в залежності від завдань, репродуктивний, конструктивний, пошуковий або евристичний характер навчальної діяльності.

Однією зі складових практичної підготовки майбутніх фітнес-тренерів є практика як форма та вид навчальної діяльності, спрямованої на узагальнення, конкретизацію, закріплення прикладних знань, умінь та навичок в умовах реальної професійної ситуації, на перевірку професійної готовності майбутнього фахівця до самостійної професійної діяльності та проведення науково-дослідних робіт. За навчальним планом підготовки майбутніх фітнес-тренерів передбачено проходження ознайомчої практики на II році навчання, педагогічної на III році та практики за профілем майбутньої роботи на IV році навчання.

Так, метою проведення ознайомчої практики на другому курсі було ознайомити студентів із специфікою й змістом професійної діяльності фахівців з фітнесу та рекреації, сформувані в них стійкий професійний інтерес до спеціальності. У результаті проходження практики студенти повинні навчитися складати паспорт об'єкта практики, проект професійно-кваліфікаційної характеристики фахівця на об'єкті практики.

На рис. 5.7 репрезентовано фрагменти роботи студентів другого курсу, виконаної під час ознайомчої практики.



Рис. 5.7. Фрагмент діяльності студентів на ознайомчій практиці

Розглянемо особливості проведення практики за профілем майбутньої роботи, яка здійснюється на базах таких організацій: фітнес клуб «Реформа», м. Ірпінь, ООО «Клуб-сервіс» (клуб персонального фітнесу «MyFit»), ТОВ «Компанія «Софійський», ТОВ «Спорт-Лайф», спорт комплексу «Олімпійській стиль», фітнес-клубу «Fitness 24h», фітнес-клубу «Fitness Class». Відповідно до вимог, практична підготовка проводиться в умовах професійної діяльності під організаційно-методичним керівництвом викладача закладу вищої освіти та фахівця з фітнесу.

Під час проходження практики використовувались як семінарські, так і практичні форми занять.

На семінарських заняттях студенти під керівництвом методиста конкретизували технологічні основи реалізації дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної та мотиваційно-комунікативної функцій майбутнього фітнес-тренера.

На практичних заняттях студенти під керівництвом провідного фахівця бази практики проводили заняття із різними групами населення.

Окремим видом практичного завдання студента під час проходження практики було виконання дослідницьких та тематичних проектних робіт: складання фітнес-програм групових занять з обраного напрямку фітнесу, комплексної персональної фітнес-програми із моніторингом ефективності

та адекватності навантаження в процесі заняття, проведення маркетингового дослідження та виготовлення рекламного продукту. Контрольним заходом практики за профілем майбутньої роботи слугуватиме захист із відповідним оцінюванням.

Отже, у межах аудиторного часу майбутні фітнес-тренери виконують значний обсяг самостійної роботи.

Процес організації самостійної роботи в позааудиторний час передбачав виконання майбутніми фітнес-тренерами таких видів робіт: пошук та аналіз текстової та відеоінформації, за необхідності її заучування; підготовка рефератів, усних доповідей, есе, портфоліо; складання презентацій, виконання завдань практичного характеру (контрольні роботи, графіки, кросворди, розрахунки); відпрацювання технічних навичок з напрямів оздоровчого фітнесу; попередня підготовка до рольових ігор, дискусій, кейсів; проектування професійних програмних продуктів (фітнес-програми, рекреаційні програми); написання наукових статей та тез доповідей для конференцій; розробка тематичних, курсових та дипломних проєктів; організація та участь у фізкультурно-оздоровчих заходах; волонтерська діяльність тощо.

Розглянемо особливості організації певних видів самостійної роботи майбутніх фітнес-тренерів у поза-аудиторний час.

Важливою умовою успішного виконання самостійної роботи було впровадження змішаного навчального середовища із комплексним використанням традиційних та інноваційних інформаційних технологій навчання за принципом взаємного доповнення.

На думку Т. І. Коваль, С. О. Сисоевої [248], D. Gonzalez [603] та інших учених, серед комп'ютерно-орієнтованих засобів навчання в закладах вищої освіти особливе місце займають електронні дидактичні, методичні та інформаційно-довідкові матеріали з навчальної дисципліни, які розміщуються в інформаційно-комп'ютерному навчальному середовищі.

З огляду на це, нами разом з доцентом кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації А. В. Воробйовою було розроблено веб-сторінку дисципліни «Професійна майстерність», де представлено різні рубрики: «Навчальна програма», «Самостійні завдання», «Основна література», «Додаткова література» «Інформаційні текстові матеріали», «Відеоматеріали»,

«Контрольні завдання», «Дискусійний форум», «Якість викладання», «Оголошення», «Навчальна успішність» (рис. 5.8).

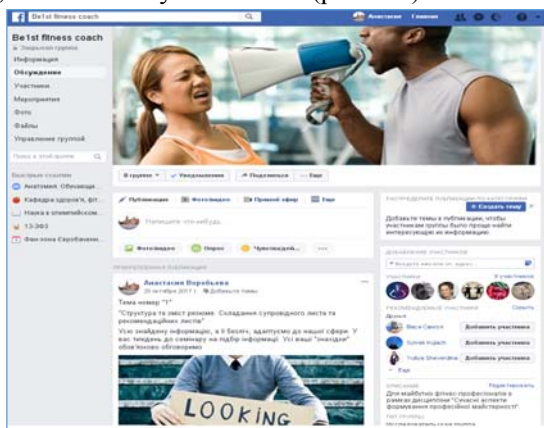


Рис. 5.8. Веб-сторінка навчальної дисципліни «Професійна майстерність»

Практика розробки інформаційних матеріалів у процесі навчання майбутніх фітнес-тренерів показала, що для створення мультимедійного контенту доцільно користуватися такими безкоштовними програмними засобами та хмарними сервісами, як: VCASMO, Empressr, Prezi та ZooBurst. Так, VCASMO – інструмент для створення та хостингу презентацій – дозволяє завантажувати практично всі існуючі медіаформати для створення презентації з нуля, а також і вже готові презентації у форматі PowerPoint. Empressr – це web-додаток, що призначений для створення та поширення презентацій будь-якого рівня складності [591]. Дає можливість завантажувати прямо на сервіс складові майбутньої презентації, які можна буде скомпонувати в один продукт в онлайн-редакторі сервісу. Перевагами додатку є вбудована бібліотека, вдало змодельований інтерфейс, наявність статистики, яка дозволяє відстежувати кількість переглядів презентацій. Сервіс Prezi, є на відміну від звичайних послідовних слайдів, дозволяє створювати цілісні презентації з так званими смисловими картами, що дозволяють завжди легко бачити весь матеріал, що викладається як єдине і взаємопов'язане ціле (так званий zoom-ефект) [637]. ZooBurst – це веб-сервіс, який дозволяє створювати власні віртуальні 3D книги. При цьому є можливість

використовувати вбудовану базу даних із більш ніж 10.000 безкоштовних зображень та персонажів [690].

Можливості он-лайн ресурсів також широко застосовувались і при самостійному оволодінні студентами технічних навичок з напрямів оздоровчого фітнесу. У межах підготовки до практичних занять з дисципліни «Фітнес-технології» студентам пропонувалися «паперові» та «електронні» видання, наочні картки та відео-матеріали (рис. 5.9).



Рис. 5.9. Приклади наочних карток «Техніка правильного виконання вправ»

Фонд відеоматеріалів з дисципліни «Фітнес-технології» охоплює велику за обсягом тематику, серед яких: «Техніка виконання окремих вправ: випади, техніка, фітнес вдома» [680]; «Техніка скандинавської ходьби та її помилки» [681]; «Аквааеробіка, глибока вода» [677]; «Уроки Zumba Fitness: базові кроки» [682]; «20 основних асан хатха-йоги» [678]; «Пілатес: тренування» [679] та багато інших матеріалів.

Також слід зазначити, що частина матеріалів, яка рекомендувалася для самостійного вивчення майбутніми фітнес-тренерами була викладена іноземною мовою. До таких відео-матеріалів можна віднести наступні: «Aqua Warm Up~DJ Francis Turn it up» [684]; «Aqua Fitness Aqua Aerobics exercise with Marietta Mehanni Noodle shallow pendulum» [685]; «Gimnastica aerobica in acqua» [686]; «Aqua Aerobics with Noodles, Cayman Islands» [683]; «Noodle Core Mix» [687]; «Working with Pool Noodles Fitness Fun» [689]; «Pilates in the water Water Pilates» [688].

Отже, за допомогою відеоматеріалів та навчально-методичних посібників майбутні фітнес-тренери мали можливість у повному обсязі закріпити отримані уміння на практичних заняттях.

З метою активізації пізнавальної діяльності майбутніх фітнес-тренерів нами застосовувалися домашні завдання на створення комп'ютерних навчальних кросвордів. Слово «кросворд», як його тлумачить А. М. Булико, походить з англійської мови (cross-word) – задача-гра, у якій фігури з перехресними рядами клітин потрібно заповнити літерами таким чином, щоб по горизонталі й вертикалі виходив ряд певних слів [71, с. 303].

Кросворди склалися студентами за двома варіантами. Перший передбачав складання кросворду на основі готових питань, другий – формулювання питань до раніше заповнених кросвордів. Під час роботи над кросвордом студенти мали ретельно проаналізувати теоретичний і практичний матеріал, опанувати не тільки лекційний матеріал, а й звернутися до додаткової та довідкової літератури. З метою економії часу студентам було запропоновано складати кросворди не тільки програмними засобами Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft PowerPoint, а й за допомогою програм комп'ютерного створення кросвордів Crossword Compiler [576]; Crossword Forge [577]; «Універсальний генератор кросвордів» [498]; Crossword 1.4 [575]; Crossword Set 1.01 [578]; Eclipse Crossword []; Decalion 1.2 [581] та ін. Ці програмні засоби швидко й автоматично створюють кросворди різних типів, які можуть бути збережені в текстовому файлі або в файлі HTML-сторінки (за шаблонами). Отримані кросворди можна відразу вирішувати (в інтернет-браузері) або роздрукувати. На рис. 5.10 представлено фрагмент студентського кросворду з дисципліни «Фітнес-технології».

Обов'язковим елементом процесу професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти є здійснення контрольних заходів. До традиційних методів попереднього, поточного, тематичного та підсумкового видів контролю, які ми застосовували, відносилися фронтальне усне опитування, тестування, написання модульних контрольних робіт, іспити/заліки, захист курсових і дипломних робіт, Державна атестація.



Рис. 5.10. Фрагмент презентації кросворду з дисципліни «Фітнес-технології»

Крім вищевказаних, ми застосовували активні та інтерактивні методи оцінювання досягнень студентів, які будуть розглянуті далі.

Одним з таких методів були короткі перевірочні роботи нетрадиційної форми. У кожній темі виділялися ключові поняття й терміни, які були покладені в основу кросвордів, головоломок, ребусів, шарад. Для певних тем викладачами (й студентами) розроблялися кросворди, що містять поняття з однієї теми. Кожному студенту видавалася картка із завданням і сіткою кросворду. Вирішений кросворд або вікторина залишалася після перевірки в студента як нагадування основних понять вивченої теми. Приклад такої вікторини репрезентовано на рис. 5.11.

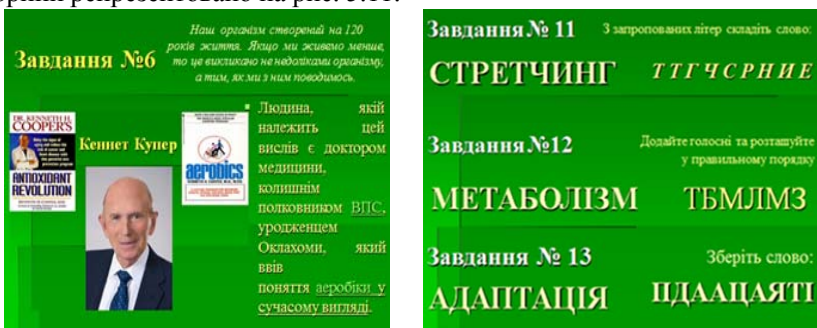


Рис. 5.11. Приклад вікторини з навчальної дисципліни «Фітнес-технології».

Одним з інноваційних технічних засобів контролю знань майбутніх фітнес-тренерів було застосування електронного сервісу Kahoot, який дозволяє створювати он-лайн вікторини, тести та опитування.

Перевагою даного сервісу є можливість використовувати не лише комп'ютери, що не завжди можливо на заняттях в університеті, а й планшети, ноутбуки чи смартфони (рис. 5.12).



Рис. 5.12. Використання мобільних гаджетів для он-лайн опитування

Таким чином, практично 100 % студентів може бути залучено одночасно до участі в опитуванні чи тестуванні. Єдиною умовою є наявність стабільного доступу до мережі Інтернет. Усі питання тестів та результати відповідей студентів відображаються на комп'ютері викладача, що із використанням проектора забезпечує зворотній зв'язок з усіма учасниками навчального процесу.

Для користування ресурсом викладачу необхідно зареєструватися на сайті <https://create.kahoot.it> (рис. 5.13), де є можливість створити новий тест, опитування чи вікторину, або ж знайти вже розроблений продукт серед доступних на сайті. Через цей же сайт викладач відкриває головну сторінку для тестування, що відображується на основному моніторі чи через проектор.



Рис. 5.13. Вікно для реєстрації на сайті Kahoot для створення інтерактивних опитувань

Студенту необхідно зайти на сайт kahoot.it або скачати мобільний додаток та ввести PIN-код, який буде відображено на основному екрані. Для відповіді на запитання на своєму мобільному телефоні, планшеті чи ноутбучі студентам необхідно лише за відведений час натиснути прямокутник того ж кольору, що й варіант відповіді на головному екрані.

Ресурс Kahoot дозволяє не лише створювати текстові варіанти вікторин, але й додавати до них фотографії чи відео, що підвищує зацікавленість і залученість студентів у навчальний процес. Є можливість регулювати темп виконання тестів, за допомогою чого можна зменшити ймовірність списування правильних відповідей в однокористувачів чи з конспектів, але при цьому залишити достатньо часу на обдумування питання. Крім того, ресурс дозволяє додавати змагальний компонент, виводячи результати турнірної таблиці після кожного питання. Враховуються кількість правильних відповідей та швидкість відповіді, є можливість отримати додаткові бали за безперервну серію правильних відповідей. Разом з тим, ресурс Kahoot може використовуватись і як метод навчання, оскільки після кожної відповіді можна обговорити всі правильні та неправильні відповіді, дізнатися, чому більшість студентів відповіла саме так.

Альтернативним методом оцінювання початкових досягнень майбутніх фітнес-тренерів слугував метод портфоліо. Досвід застосування предметного портфоліо як папки досягнень в межах дисципліни «Професійна майстерність» показав, що цей метод органічно інтегрує три складові процесу навчання: навчання, учіння й оцінювання. При розробці портфоліо ми спиралися на роботи В. К. Загвоздкіна [190, с. 5-10] та Т. О. Полковникової [378, с.123-133].

На першому практичному занятті з дисципліни нами була запропонована наступна структура портфоліо: «Портрет», «Інформаційна скарбничка», «Робочі матеріали», «Мої досягнення».

У розділі «Портрет» автор портфоліо мав можливість представити власну індивідуальність та унікальність будь-яким способом. Це може бути есе, сінквейн, фотографія, автобіографія, розповідь однокористувача про автора.

Розділ «Інформаційна скарбничка» містить будь-яку інформацію, яку студент збирає відповідно до теми «Професійна майстерність» та яка

не є продуктом діяльності автора. Серед них можуть бути словникові та енциклопедичні статті, матеріали періодичних видань, інформаційні матеріали, отримані від викладача, будь-який ілюстративний матеріал тощо.

Розділ «Робочі матеріали» це розділ, що містить інформацію, яка була використана автором портфоліо в процесі підготовки й виконання тих чи інших завдань: графічні матеріали (схеми, таблиці та ін.), тексти повідомлень і доповідей, творчі роботи, контрольні та самостійні роботи, проектні роботи. Отже, цей розділ – скарбничка завдань і робіт, виконаних автором портфоліо.

Розділ «Мої досягнення» має такі рубрики: «Мої відкриття»: інформація, яка здивувала та закономірності, які студент встановив самостійно; «Мої мотиватори»: аналіз того, що в процесі навчання сприяло саморозвитку; «Мої вміння: що я умію на сьогоднішній день».

Таким чином, у процесі складання портфоліо підвищується саморефлексивність студента в ставленні до процесів навчання, що є передумовою для підвищення самовідповідальності, самостійності в організації власного процесу навчання й оцінюванні результатів навчання.

Обов'язковим етапом складання портфоліо було визначення викладачем термінів роботи, форм роботи (аудиторна та самостійна) та вибір критеріїв її оцінювання. Важливо, що цілі й критерії визначаються в договірному режимі між викладачем і студентом. Критеріями оцінювання портфоліо нами було обрано такі: повнота й глибина змісту; заповнення обов'язкових рубрик; використання дослідницьких методів роботи; якість оформлення; аналіз користі портфоліо для самого студента. Складання портфоліо та його оцінка входить у комплексну оцінку на екзамені з дисципліни «Професійна майстерність».

Важливою педагогічною умовою реалізації професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів є забезпечення професійно насиченого навчально-виховного середовища. Питання про необхідність виховання студентів у сучасному закладі вищої освіти є одним з найбільш актуальних у педагогічному співтоваристві й не викликає ніяких сумнівів. У даний час серед молоді відбувається зміна ціннісних пріоритетів: переорієнтація студентства з громадських на індивідуальні цінності, зростання самоцінності особистості, втрата престижності

таких цінностей, як патріотизм, колективізм, моральність, працьовитість, що свідчить про глибоку кризу духовного світу сучасної молоді. У зв'язку з цим, збільшується роль інституту кураторства та студентського самоврядування як важливих складових освітньо-виховного процесу.

З метою створення оптимальних умов для всебічного позитивного розвитку особистості майбутніх фітнес-тренерів широко впроваджувались такі організаційні форми навчально-виховного процесу, як: виготовлення групових соціальних проектів, участь у фізкультурно-спортивних масових заходах, студентських олімпіадах, університетських святах, соціальних акціях тощо.

Так, для розвитку «корпоративних» професійних цінностей студенти залучалися до профорієнтаційної роботи, що полягала в проведенні тематичних заходів у середніх загальноосвітніх та спортивних школах, участі в освітніх виставках, організації тематичних вуличних воркшопів, участі в телевізійних шоу, організації роботи офіційного сайту кафедри та її сторінки у соціальних мережах тощо. Ці заходи передбачали спільну навчально-пізнавальну діяльність студентів, сприяли розвитку різнопланових професійних та позапрофесійних навичок, активізації творчих здібностей студентів, формуванню культури спілкування та співробітництва (рис. 5.14).

ЧЕКАЄМО ВАС НА НАВЧАННЯ У НУФВСУ!

МІ ПРОПОНУЄМО ВАМ БУТИ:

- ✓ ЗДОРОВИМ;
- ✓ УСПІШНИМ;
- ✓ ШАСЛИВИМ;
- ✓ КОНКУРЕНТОСПРОМОЖНИМ НА СУЧАСНОМУ РИНКУ ПРАЦІ. А ТАКОЖ ОТРИМАТИ ЦІКАВУ ПРОФЕСІЮ!!!

Додаткова інформація:
м. Київ, вул. Фізкультурна 1, корп. 1, ауд. 410; ст. метро «Ольві́йська»
тел.: (044) 287-04-91; web-site: www.untsport.edu.ua

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ТУРІЗМУ
КАФЕДРА ЗДОРОВ'Я, ФІТНЕСУ ТА РЕКРЕАЦІЇ

БАКАЛАВР – АБГУРІЄНТ 2016

Рис. 5.14. Фрагмент студентських профорієнтаційних роликів

Одним з популярних видів позааудиторної роботи серед студентів була організація на початку навчального року квесту «Знайомтесь: НУФВСУ», призначеного для студентів першого курсу. Його основне завдання – сприяння адаптації молодій людині до навчання, створення позитивної навчальної мотивації, знайомство з одногрупниками, куратором, викладачами та структурою університету. Така проектна творча робота вимагала від студентів-організаторів прояву не тільки навичок групової роботи, а й значних інтелектуальних зусиль у процесі розробки завдань квесту (рис 5.15).

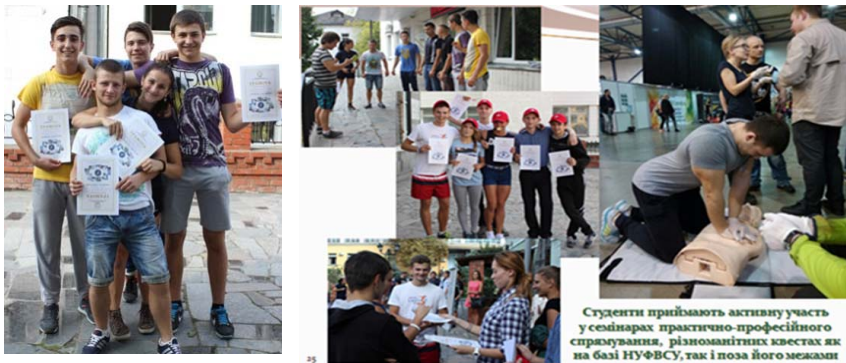


Рис. 5.15. Проведення квесту для першокурсників «Знайомтесь: НУФВСУ»

Волонтерська діяльність також посідала вагомe місце в студентському житті майбутніх фітнес-тренерів. Безкорисна суспільна діяльність сприяла професійному становленню студентів, самовизначенню, саморозвитку та самореалізації, давала можливість засвоювати соціальний досвід. Так, студенти брали участь у проведенні заходів з метою популяризації серед населення здорового способу життя під егідою організацій «Спорт для всіх», «Пліч-о-Пліч», «Федерації Work-Out України» тощо. Такими заходами були «День здоров'я», «Всесвітній день ходьби», «Вакцинація заради життя», «Міжнародний день туризму» та багато інших (рис. 5.16).



Рис. 5.16. Волонтерська діяльність майбутніх фітнес-тренерів

Крім того, студенти залучались до допомоги в організації та проведенні Фітнес-конвенцій регіонального, національного та європейського рівнів: «Київського фестивалю фітнесу», «Nike», «Reebok», «ProFit», «Herbalife», «ProFitConvention». Це сприяло стимулюванню професійної мотивації студентів, більш глибокому розумінню специфіки професії фітнес-тренера, ранній їх професіоналізації, дозволяло безкоштовно навчатися в кращих презентерів у фітнес-індустрії та знайти роботу (рис. 5.17). Зауважимо, що участь у таких заходах заохочувалася додатковими балами до загального навчального рейтингу студента.



Рис. 5.17. Фрагмент участі майбутніх фітнес-тренерів у фітнес-конвенціях та фахових заходах

Отже, процес професійної підготовки підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти передбачає застосування комплексу традиційних та інноваційних інтерактивних освітніх технологій, форм та методів навчання. Підбір оптимальних дидактичних методів та методик визначається програмою навчальних дисципліни, специфікою освітньо-виховних завдань, обсягом часу, відведеного на засвоєння матеріалу, наявністю спеціального обладнання, рівнем загальної підготовленості академічної групи, рівнем педагогічної майстерності викладача тощо. Але головним орієнтиром навчання майбутніх фітнес-тренерів є формування компетентного професіонала, здатного до самоосвіти, співробітництва та самостійного прийняття рішень.

Висновки до п'ятого розділу

У розділі розглянуто змістові та організаційні особливості науково-методичного забезпечення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

З'ясовано, що навчальний план закладу вищої освіти, який здійснює професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів, розроблюється на основі вимог і рекомендацій галузевого стандарту вищої освіти України з галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» з напрямку підготовки 6.010203 «Здоров'я людини», зокрема освітньо-професійної програми. Аналіз науково-методичного забезпечення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів показав, що в основі його проектування є інтеграція загально-професійної підготовки майбутніх бакалаврів зі здоров'я людини та спеціальної професійної підготовки за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація» (з позицій сьогодення: бакалавр фізичної культури і спорту за спеціалізацією «Фітнес та рекреація»).

Встановлено, що освітня програма підготовки бакалавра з напрямку підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація», що була розроблена в Національному

університеті фізичного виховання і спорту України, передбачала засвоєння майбутніми фітнес-тренерами циклу дисциплін гуманітарної та соціально-економічної, природничо-наукової (фундаментальної), загально-професійної та професійної і практичної підготовки. При цьому, цикл дисциплін професійної і практичної підготовки складає найбільший відсоток від загальної кількості кредитів – 45 %. Загальний термін професійної підготовки складає 4 роки, що відповідає 240 кредитам навчального обсягу.

Зміст навчального плану першого року навчання має універсальну спрямованість та пропонується всім студентам, які навчаються за напрямом «Здоров'я людини» (без розподілу на професійні спрямування). На другому році навчання збільшується частка методичних дисциплін загально-професійного та професійно-практичного циклу. Значущим є те, що вже на II курсі майбутні фітнес-тренери мають можливість ознайомитися з організаційною структурою об'єктів фітнес-індустрії під час проходження ознайомчої практики та оволодіти первинним професійним досвідом. На III курсі значно збільшується обсяг дисциплін циклу професійної і практичної підготовки. Зокрема, вводиться дисципліна «Рекреаційні технології», яка пропонується лише студентам, які навчаються за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація». Разом з цим, студенти III року навчання повинні оволодіти важливими для фітнес-тренера навичками з діагностики й моніторингу стану здоров'я, долікарської медичної допомоги в невідкладних станах, консультування з раціонального харчування. На IV році навчання частка дисциплін циклу професійної і практичної підготовки складає більше половини від загальної кількості часу. До таких дисциплін належать «Професійна майстерність (за професійним спрямуванням)», «Фітнес-технології» та проходження практики за профілем майбутньої роботи. Завершується нормативний курс професійної підготовки майбутнього фітнес-тренера складанням Державної атестації або захистом кваліфікаційної бакалаврської роботи.

Охарактеризовані педагогічні технології, які визначали стратегію організації освітнього процесу професійної підготовки майбутніх

фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. До таких технологій віднесено традиційні технології, технологію поетапного формування розумових дій, побудови рухів; кредитно-модульну технологію, технологію контекстного, індивідуально-диференційованого, проектного, проблемного, активного та інтерактивного навчання (тренінгові та ігрові технології); а також інформаційно-комунікаційні педагогічні технології.

Організаційні форми дидактичного процесу включали лекції, семінари, практичні заняття (лабораторні роботи), самостійну аудиторну роботу студентів, самостійну позааудиторну роботу студентів, консультації, заліки, екзамени, курсове проектування (курсів роботи), дипломне проектування (дипломні роботи), усі види практик.

Обґрунтовані традиційні та інноваційні методи викладання лекцій: метод наочності, пояснювально-ілюстративний, монологічно-проблемний, показово-проблемний, частково-пошуковий, діалогічний, метод запитань і відповідей. Запропоновано прийоми активізації уваги студентів на лекційних заняттях.

Серед інтерактивних методів проведення семінарських занять названо такі, як: семінар запитань і відповідей із подальшим їх обговоренням; семінар-конференція, семінар-дискусія. Варіантами проведення семінарських занять був метод «круглого столу», техніка «Сніжний ком», кейс-метод, методика «Займи позицію», «Дерево рішень», методи «мозкової атаки», «морфологічного аналізу» та «синектичного аналізу».

На практичних заняттях у межах різних циклів підготовки майбутніх фітнес-тренерів, зокрема з дисциплін «Професійна майстерність» та «Фітнес-технології» застосовувалися наступні види навчальної діяльності: виконання розрахунково-графічних робіт, схем, графіків, розробку фітнес-програм, планів-конспектів уроку тощо; участь у тренінгових програмах щодо формування професійних поведінкових навичок та розвитку професійно-важливих особистісних якостей фітнес-тренера («Професійна майстерність»); засвоєння техніки виконання фізичних вправ з різних напрямів оздоровчого фітнесу

(аеробіка, аквааеробіка, ментальний фітнес, силовий фітнес тощо); організаційна діяльність, яка передбачала безпосереднє проведення занять за напрямками оздоровчого фітнесу.

Описані традиційні та специфічні методи навчання руховим діям з різних напрямів фітнесу, метод майстер-класу, рольові ігри, тренінги тощо.

Розкрито сутність самостійної аудиторної та позааудиторної роботи майбутніх фітнес-тренерів, описано досвід застосування комп'ютерно-орієнтованих засобів самостійного навчання, складання студентами кросвордів як методу активізації пізнавальної діяльності студентів.

Запропоновано інтерактивні методи контролю знань студентів, серед яких є використання електронного сервісу Kahoot, який дозволяє створювати он-лайн вікторини, тести та опитування, метод портфоліо.

Розкрито оригінальні форми виховної роботи, які сприяють формуванню особистості майбутніх фітнес-тренерів, готових до самовизначення, самореалізації та самовдосконалення. До них віднесено такі, як: проектування й проведення тематичних квестів для першокурсників; здійснення волонтерської діяльності; участь у проведенні заходів: «День здоров'я», «Всесвітній день ходьби», «Вакцинація заради життя», «Міжнародний день туризму» під егідою організацій «Спорт для всіх», «Пліч-о-Пліч», «Федерації Work-Out України» з метою популяризації серед населення здорового способу життя; організація та проведення Фітнес-конвенцій регіонального, національного та європейського рівнів: «Київського фестивалю фітнесу», «Nike», «Reebok», «ProFit», «Herbalife», «ProFitConvention». Це сприяло стимулюванню професійної мотивації студентів, більш глибокому розумінню специфіки професії фітнес-тренера, ранній їх професіоналізації, дозволяло безкоштовно навчатися в кращих презентерів у фітнес-індустрії.

ВИСНОВКИ

На основі аналізу наукової літератури доведено соціальну значущість професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та аргументовано її актуальність. Вказано, що проблема професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти не дістала належного висвітлення у працях вітчизняних і зарубіжних науковців. Доведено, що соціальний запит на якість та асортимент фізкультурно-оздоровчих послуг, поява інноваційних організаційно-методичних форм фізичної культури, популяризація фітнесу як альтернативного виду рухової активності, оформлення фітнесу як наукової та навчальної дисципліни, розвиток фітнес-індустрії та зростання запитів населення в частині зміцнення здоров'я, фізичного вдосконалення та активного відпочинку пред'явило нові вимоги до професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується у закладах вищої освіти. Компаративний аналіз закордонного досвіду професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти вказав на необхідність врахування його здобутків у вітчизняній практиці вищої освіти. Акцентовано увагу на важливості пошуку інноваційних шляхів реформування системи вищої фізкультурної освіти та модернізації змісту, форм і методів професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Теоретично обґрунтовано структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується у закладах вищої освіти, та включає мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, праксеологічний та особистісний компоненти. Мотиваційний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, характеризується наявністю професійної спрямованості особистості, яка впливає на вибір професії, професійне самовизначення та самоідентифікацію, стимулює пізнавальний інтерес студентів під час навчання, професійну активність після його закінчення та виявляється в інтеграції мотиваційних утворень та вольових якостей особистості фахівця. Аксіологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, віддзеркалює

емоційно-ціннісний вектор розвитку особистості, визначає міру здатності до самовизначення, цілепокладання, досягнення професійного «акме» та актуалізації власних потенціалів, як засобів реалізації сенсу життя. Гносеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, характеризується комплексом соціально-гуманітарних, фундаментальних і професійних знань та сформованих академічних здібностей, зокрема дослідницьких, які в сукупності забезпечують певний рівень пізнавальної (когнітивної) активності, розумової працездатності, здатність до сприйняття інформації, її аналізу та узагальнення, здатність до логічних суджень, постановки мети та вибору шляхів її досягнення. Праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, відображає міру здатності майбутніх фітнес-тренерів до здійснення ефективної професійної діяльності та складає необхідний обсяг професійних умінь та навичок з надання фітнес- і рекреаційних послуг різним групам населення. До змісту праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів віднесено комплекс субкомпетентностей, які відображають певні групи професійних функції фахівців: дидактично-рухову, проектувально-конструкторську, контрольно-аналітичну, організаційно-регулятивну, мотиваційно-комунікативну та маркетингово-комерційну субкомпетентності. Особистісний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується у закладах вищої освіти, передбачає наявність комплексу професійно-значущих особистісних якостей майбутніх фітнес-тренерів, до яких віднесено здатність до емпатії, комунікативні та організаторські здібності, лідерські якості та конфліктостійкість.

Визначено діагностичний інструментарій оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів виокремлено та конкретизовано критерії (мотиваційно-вольовий, ціннісно-смісловий, когнітивно-інтелектуальний, операційно-технологічний та соціально-психологічний), їх показники та рівні (високий, середній, низький). Мотиваційно-вольовий критерій

сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів визначає ступінь мотиваційно-вольової напруги. Показниками мотиваційно-вольового критерію є: прагнення до оволодіння професійними знаннями та навичками; бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати кваліфікацію; здатність до самоконтролю поведінки; ініціативність та наполегливість у досягненні поставлених завдань. Ціннісно-смысловий критерій сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів визначає ступінь здатності особистості до самовизначення та реалізації власних потенційних можливостей. Показником ціннісно-смыслового критерію є прагнення особистості до самоактуалізації, що виявляється у сформованості таких новоутворень, як: цінності зрілої особистості, потреба в пізнанні, креативне ставлення до дійсності, принципиальність, самооцінка та контактність. Когнітивно-інтелектуальний критерій сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів відображає рівень теоретичної підготовленості студентів з дисциплін фахової підготовки, що базуються на значному масиві фундаментальних природничих і соціальних знань, та ступінь розвитку дослідницьких здібностей, що передбачає здатність до самостійної пошукової діяльності, аналізу, синтезу, узагальнення, диференціації, абстрагування, конкретизації інформації, порівняння, встановлення аналогій та причинно-наслідкових зв'язків, формулювання суджень тощо. Показниками когнітивно-інтелектуального критерію є: наявність системи знань із циклу дисциплін професійної підготовки та здатність до реалізації дослідницьких умінь. Операційно-технологічний критерій сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів відображає ступінь сформованості дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної субкомпетентностей. Показником операційно-технологічного критерію є наявність дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної субкомпетентностей та здатності до реалізації

професійних функцій фітнес-тренера. Соціально-психологічний критерій сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів відображає ступінь сформованості соціально-психологічних якостей, які є професійно-значущими для ефективної діяльності в сфері оздоровчого фітнесу. До показників соціально-психологічного критерію віднесено наявність емпатійних, комунікативних, організаторських, лідерських здібностей особистості та її конфліктостійкість. Розроблено комп'ютерну програму «ВСІ : педагогічна діагностика рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів.

Сформульовано положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка має таку структуру: загальні положення (мета, правові основи, місце в теорії педагогіки), понятійно-категоріальний апарат, теоретико-методологічні основи, ядро концепції (сукупність закономірностей і принципів функціонування педагогічної системи), змістовно-процесуальне наповнення та верифікація концепції.

1). Метою Концепції є теоретико-методологічне та технологічне обґрунтування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців), суспільства та зарубіжного досвіду, спрямована на формування професійної компетентності бакалаврів за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» (спеціалізацією «Фітнес-тренер»), що дозволить їм після завершення освітньої програми успішно реалізовувати діяльність з надання фітнес-послуг для різних груп населення. В основу Концепції покладено нормативно-правові акти та положення, фундаментальні теорії вітчизняних та закордонних учених, у яких знайшли своє відображення теорії сучасної загальної педагогіки, теорії педагогічних систем, теорії особистості, компетентнісний підхід в освіті, аспекти професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту, положення теорії та методики спортивного тренування та фізичного виховання, системи спорту для всіх, концептуальні основи дитячого фітнесу,

теоретико-методичні розробки індивідуалізації та диференціації навчання, контекстного, інтерактивного та проблемного навчання.

2). Понятійно-категоріальний апарат Концепції поєднує комплекс таких понять, як: «професія», «професіограма», «модель фахівця», «готовність», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «результати навчання», «професійна підготовка», «заклад вищої освіти», «фітнес», «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти». Уточнено сутність основних понять, які характеризують професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Професія розглядається як конкретний вид трудової діяльності, що є результатом фахової підготовки, передбачає сформованість комплексу знань, умінь, навичок та особистісних якостей, визначає здатність людини виконувати специфічні завдання й обов'язки та є джерелом доходу та особистісного розвитку.

Готовність розглядається як фактично досягнутий рівень компетентності, результат професійної підготовки майбутніх фахівців у закладі вищої освіти.

Фітнес-послуга розглядається як діяльність виконавця, яка спрямована на задоволення потреб споживача у фізичному розвитку, фізичному вдосконаленні, збереженні та відновленні здоров'я, активному відпочинку, навчанні, спілкуванні тощо, що реалізується у відповідності з розробленими фітнес-програмами в форматі групових, індивідуальних, самостійних занять, рекомендаціями з раціонального харчування, корекції поведінки, з використанням спеціального обладнання та за участі фахівців (тренерів, лікарів, дієтологів, велнес-коучей).

Фітнес-тренер розглядається як фахівець, який у груповому або/та індивідуальному форматі надає фітнес-послуги з навчання, викладання або/та розробки програм застосування фізичних вправ, інвентарю та обладнання для різних груп населення, з урахуванням їх потреб,

пов'язаних із прагненням до оптимальної якості життя, що включає соціальний, психічний, духовний і фізичний компоненти.

Майбутній фітнес-тренер розглядається як особистість, яка навчається в закладі вищої освіти, має певні права та обов'язки, цілеспрямовано оволодіває професією, яка пов'язана з оздоровленням та фізичним вдосконаленням різних груп населення, із застосуванням інноваційних засобів, методів, організаційних форм фізичної культури, інвентарю та обладнання на основі їх вільного мотивованого вибору споживачами фітнес-послуг.

Професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти, розглядається як інтегративна характеристика особистості, яка є результатом підготовки випускника закладу вищої освіти, визначається сформованістю знань, умінь, навичок та професійно-важливих, світоглядних і громадянських якостей, що в сукупності забезпечує можливість виконання професійних обов'язків із задоволення потреб населення у фізичному вдосконаленні, збереженні й відновленні здоров'я, активному відпочинку та реалізується відповідно до розроблених фітнес-програм і рекомендацій у форматі індивідуальних і групових занять.

Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти розглядається як педагогічна система, що спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців) та суспільства, спрямована на формування професійної компетентності випускників за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» (спеціалізацією «Фітнес-тренер»), що дозволить їм після завершення освітньої програми успішно реалізовувати діяльність з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

3). Теоретико-методологічними підставами для дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти слугували сукупність діалектичного, екзистенціального, системного, соціокультурного, акмеологічного, компетентнісного, професіографічного, особистісного та діяльнісного підходів.

Реалізація діалектичного підходу передбачає необхідність проектування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з позицій аналізу історичних етапів та основних тенденцій її становлення й циклічного розвитку. Разом з цим, постає необхідність виявлення, усвідомлення й подолання зовнішніх і внутрішніх суперечностей, які виявляються в процесі навчання й виховання (суперечності між ресурсами особистості та вимогами, які їй висуваються); у здійсненні професійної діяльності фітнес-тренера (суперечності між педагогічною та ринковою аспектами діяльності фітнес-тренера); у комерціалізації поняття «освітня послуга» та несумісності товарних відносин у навчально-виховному процесі.

Екзистенціальний підхід дозволяє спрямувати професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти на створення умов для формування в студентів власної системи цілей і мотивів, рефлексії, усвідомлення важливості морального вибору й відповідальності за нього, формування пріоритету цінності творчості та праці.

Системний підхід дозволяє розглядати професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як відкриту педагогічну систему, яка характеризується наявністю системоутворювального, системорегулюючого й системонаповнюючого чинників; доцільністю системи; наявністю інтеграційних якостей та певної структури; функції системи та її компонентів, які обумовлюють спрямованість системи на досягнення певного результату; наявністю прямих і зворотних зв'язків та стійкістю системи до зовнішніх впливів.

Соціокультурний підхід передбачає необхідність орієнтації стратегічних та тактичних завдань професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти на фактори соціокультурної ситуації, як-от: комерціалізація сфери фізичної культури і спорту, глобалізація, втрата духовних орієнтирів суспільства, наявність феномену типології покоління.

Акмеологічний підхід орієнтує навчально-виховний процес професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої

освіти на формування в студентів акмеологічної спрямованості особистості, яка орієнтує людину на прогресивний розвиток (у тому числі, професійний), на максимальну професійну та особистісну самореалізацію.

З позиції компетентнісного підходу професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти повинна бути зорієнтована на результат, тобто поступове формування в студента професійних компетентностей як динамічного та інтегративного поєднання знань, розуміння, навичок, умінь і здатностей особистості, що забезпечують їх ефективне застосування в самостійній професійній діяльності.

Професіографічний підхід передбачає з'ясування професіографічних складників діяльності фітнес-тренера, зокрема професійно важливих якостей і властивостей особистості, як основи для початкового етапу проектування змісту професійної підготовки майбутнього фітнес-тренера.

Реалізація особистісного підходу передбачає розробку системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів з урахуванням їхніх базових потреб, очікувань, рівня професійної та навчальної мотивації та індивідуально-типологічних особливостей.

З позицій діяльнісного підходу провідною цінністю системи професійної підготовки майбутніх фахівців є зміст та функції діяльності, яка засвоюється на основі взаємодії, взаємообумовленості діяльності викладача і студентів, спрямованої на вирішення навчально-професійних завдань.

4). Система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти розглядається нами як цілісна педагогічна система, що утворюється упорядкованою сукупністю об'єктивно взаємопов'язаних та взаємообумовлених структурних елементів, об'єднаних між собою стратегічною метою – формуванням професійної компетентності фахівця, де системоутворюючим фактором є соціальне замовлення, зміст професійної діяльності фітнес-тренера та мета професійної підготовки, системорегулюючим фактором – комплекс принципів, системонаповнюючим фактором – зміст, засоби, форми педагогічного впливу, педагогічні умови, суб'єкти тощо (принцип системності).

5). Стратегія професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти повинна віддзеркалювати причинно-наслідкові зв'язки й залежності, зумовлені соціально-економічними, політичними, культурологічними факторами, та відповідати таким вимогам: узгодженість із запитами ринку фітнес-послуг (*принцип ринкової конгруентності*); спрямованість на виховання морально-етичних, духовних та професійних цінностей студентів (*принцип гуманізації*); зорієнтованість на стимуляцію активного навчання студентів (принцип студенто-орієнтованості); фундаментальність, цілісність надання інформації та єдність наукових досліджень і навчальної діяльності (*принцип фундаменталізації та науковості*); спрямованість на розвиток системного та критичного мислення в майбутніх фітнес-тренерів (*принцип інтелектуалізації*); стандартизованість в частині визначення інтегральних, загальних та спеціальних компетентностей, результатів навчання, форм атестації здобувачів вищої освіти змісту та вимог до забезпечення якості вищої освіти для здобуття освітнього ступеня бакалавра галузі знань – 01 «Освіта», спеціальності – 017 «Фізична культура і спорт» та спеціалізації «Фітнес та рекреація» (*принцип стандартизації*); демонстрація академічної чесності студентами і науково-педагогічними працівниками (*принцип академічної чесності*).

6). Ефективність системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти залежить від урахування загальнодидактичних та специфічних закономірностей навчання та повинна відповідати таким вимогам, як: компетентісно-інтегративний характер проектування та викладання навчальних програм з їх орієнтацію на специфіку професійної діяльності фітнес-тренера (*принцип міждисциплінарності*); спрямованість завдань, змісту, форм і методів професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів на формування спеціальних професійних компетентностей та особистісних якостей фахівця, які не є визначальними для представників інших спеціалізацій спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», хоча й ґрунтуються на них (*принцип професійної специфічності*); необхідність формування в майбутніх фітнес-тренерів значного обсягу технічних навичок з різних

напрямів фітнесу (*принцип рухової поліфункціональності*); застосування комплексу специфічних методів навчання руховим діям у процесі технічної підготовки на основі формування в майбутніх фітнес-тренерів як смислової, так і сенсомоторної інформації про рух (*принцип смислової і перцептивної наочності*); упровадження з першого по четвертий курси навчання дисциплін професійно-прикладної спрямованості, проходження практик за профілем майбутньої роботи та залучення до волонтерської діяльності (*принцип ранньої професіоналізації*); реалізація діалектичного балансу між застосуванням традиційних для педагогіки, теорії та методики фізичного виховання і спорту засобів, методів, форм навчання та застосуванням інноваційних ідей (*принцип єдності традиції та інновацій*); урахування пізнавального стилю, психофізіологічних та індивідуально-типологічних особливостей студентів, рівня базових знань та навичок, професійного досвіду, типу сформованої мотивації, спрямованості особистості, схильностей та інтересів студентів, їх світоглядних та національних цінностей, соціальних та когнітивних характеристик молодого покоління (*принцип диференціації та індивідуалізації*); здійснення продуктивної творчої взаємодії студентів та викладачів, за умов координуючої ролі останніх (*принцип евристичної інтерактивності*); формування в майбутніх фітнес-тренерів здатності до самостійного пошуку, переробки, засвоєння інформації; самостійного набуття, удосконалення професійних навичок та навчання методам самостійного отримання знань, умінь і навичок (*принцип самостійності*).

7). Змістовно-процесуальним наповненням та основою практичної реалізації Концепції є модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка має системний характер, ураховує соціальний запит на підготовку фітнес-тренерів, зміст професійної діяльності, включає взаємопов'язані та взаємообумовлені блоки: цільовий, концептуальний, змістовий, технологічний, результативний та – суб'єкту підструктуру: викладач, студент, група. Цільовий блок визначає мету й завдання професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та є системоутворюючим елементом моделі. Концептуальний блок виконує системорегулюючу функцію, визначає

загальну стратегію й тактику проектування професійної підготовки та охоплює методологічні підходи, принципи та понятійно-категоріальний апарат. Змістовий блок розкриває інформаційну складову професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та відображає зміст навчально-методичних комплексів, зокрема: цикл дисциплін гуманітарної та соціально-економічної підготовки, природничо-наукової (фундаментальної) підготовки, загально-професійної підготовки, професійної і практичної підготовки, що складає нормативну частину підготовки бакалавра фізичної культури і спорту. Варіативну частину підготовки, яка забезпечує спеціально-профільну підготовку фітнес-тренера (за спеціалізацією «Фітнес та рекреація») складають такий цикл дисциплін професійної і практичної підготовки як: «Фітнес-технології» («Аеробіка», «Аквааеробіка», «Силовий фітнес», «Функціональний тренінг»), «Рекреаційні технології». Технологічний блок відображає реалізаційну складову навчальної, виховної та розвивальної функцій спільної діяльності викладача, студента та групи та включає організаційно-методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти (форми, методи та засоби форми організації навчально-виховного процесу). Результативний блок охоплює такі елементи, як: критерії та показники сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, на основі яких визначається рівень професійної підготовки студентів – високий, середній, низький; відповідний діагностичний інструментарій.

8). Верифікація положень Концепції може бути здійснена емпіричним шляхом (теоретико-методологічні підходи та понятійно-категоріальний апарат), шляхом констатуючого педагогічного експерименту (положення ядра Концепції) та формувального експерименту (система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти).

9). Обґрунтовані педагогічні умови, які забезпечують можливість цілеспрямованого педагогічного впливу на студентів: формування професійно-мотиваційного виховного простору; адаптивність та гнучкість навчального процесу; взаємодія закладу вищої освіти та підприємств

ринку фітнес-послуг; етапність організації навчального процесу; забезпечення зворотного зв'язку при взаємодії викладачів і студентів.

Розроблено організаційно-методичне забезпечення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, що передбачає наявність навчального плану, навчальних програм з дисциплін, реалізацію оптимальних педагогічних технологій, форм та методів навчання. Освітня програма підготовки бакалавра з напрямку підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація» (з позицій сьогодення: спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», спеціалізація «Фітнес та рекреація») передбачала засвоєння майбутніми фітнес-тренерами циклу дисциплін гуманітарної та соціально-економічної, природничо-наукової (фундаментальної), загально-професійної та професійної і практичної підготовки.

До педагогічних технологій віднесено традиційні технології, технологію поетапного формування розумових дій, побудови рухів, кредитно-модульну технологію, технологію контекстного, індивідуально-диференційованого, проектного, проблемного, активного та інтерактивного навчання (тренінгові та ігрові технології); а також, інформаційно-комунікаційні освітні технології.

Організаційні форми дидактичного процесу включали лекції, семінари, практичні заняття (лабораторні роботи), самостійну аудиторну роботу, самостійну позааудиторну роботу; консультації; заліки, екзамени, курсове проектування (курсіві роботи), дипломне проектування (дипломні роботи), усі види практик. Обґрунтовані традиційні та інноваційні методи викладання лекцій: метод наочності, пояснювально-ілюстративний, монологічно-проблемний, показово-проблемний, частково-пошуковий, діалогічний, метод запитань і відповідей. Запропоновано прийоми активізації уваги студентів на лекційних заняттях. Серед інтерактивних методів проведення семінарських занять названо такі: семінар запитань і відповідей із подальшим їх обговоренням; семінар-конференція, семінар-дискусія. Репрезентовано наступні методи проведення семінарських занять: метод «круглого столу», «мозкової атаки», кейс-метод, методика «Сніжний ком», «Займи позицію», «Дерево

рішень», методи «морфологічного аналізу» та «синектичного аналізу». Описано традиційні та специфічні методи навчання руховим діям з різних напрямів фітнесу, метод майстер-класу, рольові ігри, тренінги тощо. Розкрито сутність самостійної аудиторної та позааудиторної роботи майбутніх фітнес-тренерів, описано досвід застосування комп'ютерно-орієнтованих засобів самостійного навчання, складання студентами кросвордів і портфоліо. Запропоновано інтерактивні методи контролю знань студентів, серед яких – використання електронного сервісу Kahoot, який дозволяє створювати он-лайн вікторини, тести та опитування. Описано оригінальні форми виховної роботи, які сприяють формуванню особистості майбутніх фітнес-тренерів, готових до самовизначення, самореалізації та самовдосконалення.

Перспективи подальших досліджень убачаємо у вдосконаленні системи безперервної освіти майбутніх фітнес-тренерів, навчального плану на основі оптимального поєднання фундаментального та професійного блоків дисциплін, їх взаємопроникнення на основі міжпредметних зв'язків, інтегрованих курсів, курсів за вибором, міждисциплінарних форм контролю, які забезпечать формування у студентів цілісної свідомості на основі системних знань; розробленні інтерактивних технологій розвитку професійно важливих якостей особистості майбутніх фітнес-тренерів; проектуванні технологій волонтерської діяльності майбутніх фітнес-тренерів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдуллина О. А. *Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования* / О. А. Абдуллина. – М. : Просвещение, 1990. – 141 с.
2. Абсалямова И. В. *Обоснование и разработка режима тренировки при обучении и совершенствовании обязательных упражнений в фигурном катании на коньках* : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук : спец. 130004 «Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки» / Иина Васильевна Абсалямова. – ГЦОЛИФК. – М., 1973. – 17 с.
3. Ажиппо О. Ю. *Сучасний стан і проблеми індивідуалізованого навчання студентів* / О. Ю. Ажиппо // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах : зб. наук. праць / редкол. Т. І. Сущенко та ін. – Запоріжжя, 2015. – Вип. 42. – С. 507-514.
4. Азимов Э. Г. *Новый словарь методических терминов и понятий (теория и практика обучения языкам)* / Э. Г. Азимов, А. Н. Щукин. – М. : Издательство ИКАР, 2009. – 448 с.
5. Азимов Э. Г. *Словарь методических терминов (теория и практика преподавания языков)* / Э. Г. Азимов, А. Н. Щукин. – СПб. : Златоуст, 1999. – 472 с.
6. Академія фітнесу – Україна [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://fitnessacademy.com.ua/>.
7. Аксёнов К. В. *Понятие «военно-профессиональная подготовка», ее сущность и содержание* / К. В. Аксёнов // Ярославский педагогический вестник. – 2010. – № 4. – Том II (Психолого-педагогические науки). – С. 169-174.
8. *Актуальные проблемы развития фитнеса в России* : сб. материалов Всерос. научно-практ. конф. / под ред. Г. Н. Пономарева. – СПб. : Изд-во РГПУ им. Л. И. Герцена, 2009. – 260 с.

9. Александрова Т. Л. Методологические проблемы социологии профессий / Т. Л. Александрова // Социологические исследования. – 2000. – № 8. – С. 11-17.

10. Алексюк А. М. Педагогіка вищої освіти України. Історія. Теорія : підручник / А. М. Алексюк. – К. : Либідь, 1998. – 518 с.

11. Алешина С. А. Педагогика профессионального образования : уч.-метод. пособие по уч. дисциплине «Теория профессионального образования» / С. А. Алешина, Е. С. Заир-Бек, И. А. Иваненко, А. Н. Ксенофонтова. – Оренбург : Изд-во ОГПУ, 2013. – 84 с.

12. Аллин О. Н. Кадры для эффективного бизнеса. Подбор и мотивация персонала / О. Н. Аллин, Н. И. Сальникова. – М. : Генезис, 2005. – 248 с.

13. Алькова С. Ю. Реализация дифференцированного подхода в физическом воспитании на основе субъектного опыта студентов / С. Ю. Алькова // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 4. – С. 10–12.

14. Англійський словник Webster, 2012. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://slovar-vocab.com/english/websters-vocab/trainer-8415484.html>.

15. Англо-русский словарь В. К. Мюллера [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.classes.ru/dictionary-english-russian-Mueller-term-7854.htm>.

16. Андреева О. Система підготовки та підвищення кваліфікації фахівців із фізичної рекреації / О. Андреева, О. Благій // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць. – 2015. – № 3 (31). – С. 5-10.

17. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення : монографія / О. В. Андреева. – К. : Поліграфсервіс, 2014. – 280 с.

18. Андрущенко В. П. Модернізація педагогічної освіти відповідно до викликів ХХІ століття [Електронний ресурс] / В. П. Андрущенко, В. І. Бондар // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Сер.: Педагогічні науки. – Миколаїв, 2010. – Вип. 1 (28). С. 12–20. – Режим доступу до журн. : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdup_2010_1.
19. Андрущенко В. П. Роздуми про освіту : Статті, нариси, інтерв'ю / В. П. Андрущенко. – [2-ге вид.]. – К. : Знання України, 2008. – 219 с.
20. Андрущенко В. П. Українська педагогічна освіта у європейському просторі / В. П. Андрущенко // Педагогічна і психологічна науки в Україні : зб. наук. праць до 15-річчя АПН України : у 5 т. – К. : Педагогічна думка, 2007. – Т. 4: Педагогіка і психологія вищої школи. – С. 36-56.
21. Анисимов В. Е. Методологические вопросы разработки модели специалиста / В. Е. Анисимов, Н. С. Пантина // Советская педагогика. – 1977. – № 5. – С. 100-108.
22. Анисимов О. С. Креативная акмеология : уч.-метод. пособие / О. С. Анисимов ; [под общ. ред. А. А. Деркача]. – М. : Изд-во РАГС, 2007. – 276 с.
23. Анисимова В. А. Организация самообразовательной деятельности студентов физкультурного вуза : учеб. пособ. для студ. вуза физ. культуры / В. А. Анисимова. – [3-е изд., перераб.]. – Челябинск : Уральская академия, 2011. – 104 с.
24. Анохин П. К. Философские аспекты теории функциональной системы / П. К. Анохин ; [избр. тр. / отв. ред. Ф. В. Константинов, Б. Ф. Ломов, В. Б. Швырков] ; АН СССР, Ин-т психологии. – М. : Наука, 1978. – 399 с.

25. Антипов А. Г. Основные тенденции развития образования в глобализирующемся мире / А. Г. Антипов, Ю. С. Маркова // Вестник Пермского университета. – 2011. – Вып. 3 (7). – С. 116-122.

26. Антоненко О. В. Формування готовності майбутніх учителів фізичного виховання до роботи в сучасній загальноосвітній школі / О. В. Антоненко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2006. – № 10. – С. 79–81.

27. Ассоциация профессионалов фитнеса [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fitness-pro.ru/index.php?o>.

28. Атамась О. А. Термінологія підготовки майбутнього учителя фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу / О. А. Атамась // Актуальные вопросы высшего профессионального образования : материалы VI межд. наук.-практ. конф., 22 марта 2012 г. – Донецк, 2012. – С. 73-77.

29. Атамась О. А. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Ольга Анатоліївна Атамась. – Київ, 2015. – 20 с.

30. Афтимчук О. Образовательные технологии подготовки специалистов по фитнесу / О. Афтимчук // Проблемы активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжн. уч. – Львів: ЛДУФК, 2014. – С. 305-310.

31. Ахиезер А. С. Между циклами мышления и циклами истории / А. С. Ахиезер // Общественные науки и современность. – 2002. – № 3. – С. 122-132.

32. Ахмедзянова А. Э. Актуализация эмпатии личности средствами кинотренинга (на примере студентов гуманитарного профиля): дисс. ...

канд. психол. наук. : 19.00.13 / Айгуль Эльвировна Ахмедзянова. – Казань, 2011. – 195 с.

33. Ашмарин Б. А. Теория и методика физического воспитания / Б. А. Ашмарин. – М. : Просвещение, 1990. – 325 с.

34. Бабанский Ю. К. Оптимизация учебно-воспитательного процесса : метод. основы / Ю. К. Бабанский. – М. : Просвещение, 1982. – 192 с.

35. Бабин І. Стратегія та сучасні тенденції розвитку університетської освіти України в контексті Європейського простору вищої освіти на період до 2020 р. [Електронний ресурс] / І. Бабин, В. Ликов. – Режим доступу: <http://www.tempus.org.ua/uk/national-team-here/238-strategija-ta-suchasni-tendenciji-rozvitku-universitetskoji-osviti-ukrajini-v-konteksti-jevropejskogo-prostoru-vishhoji-osviti-na-period-do-2020-r.html>.

36. Бабушкин Г. Д. Психология труда тренера по спорту / Г. Д. Бабушкин. – Омск : ОГИФК, 1985. – 84 с.

37. Багиев Г. Л.. Руководство к практическим занятиям по маркетингу с использованием кейс-метода [Електронний ресурс] / Г. Л. Багиев, В. Н. Наумов. – 2001. – Режим доступу: <http://www.marketing.spb.ru>.

38. Байденко В. Компетенции в профессиональном образовании (К освоению компетентностного подхода) / В. Байденко // Высшее образование в России. – 2004. – № 11. – С. 3-13.

39. Балаєва К. С. Професіографічний підхід до організації професійної підготовки педагогів дошкільного профілю [Електронний ресурс] / К. С. Балаєва // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 16: Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики. – 2013. – Вип. 21. – С. 8-11. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_016_2013_21_4.

40. Баландин С. И. Междисциплинарный подход в подготовке кадров для области физической культуры и спорта : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования (педагогические науки)» / Сергей Игоревич Баландин. – СПб, 2012. – 24 с.
41. Барабанщиков А. В. Педагогика высшей военной школы / А. В. Барабанщиков, В. Г. Звягинцев. – М. : ВПА, 1985. – 136 с.
42. Баскаков А. Я. Методология научного исследования : уч. пособие / А. Я. Баскаков, Н. В. Туленков. – К. : МАУП, 2002. – 216 с.
43. Батіщева М. Р. Використання методу проєктів у підготовці спеціаліста з оздоровчого фітнесу / М. Р. Батіщева // Педагогіка, психологія та медикобіологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2003. – № 23. – С. 371–377.
44. Батіщева М. Р. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / М. Р. Батіщева. – Луганськ, 2009. – 20 с.
45. Бауман Х. Система высшего образования в Эстонии / Х. Бауман // *Alma mater*. – 2004. – № 1. – С. 33-36.
46. Бегидова С. Н. Акмеологический подход в профессиональной подготовке будущих специалистов / С. Н. Бегидова, С. А. Хазова // *Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология*. – Майкоп, 2008. – Вып. 5. – С. 26-31.
47. Безкоровайна Л. В. До поняття про компетенцію майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту / Л. В. Безкоровайна // *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. – 2006. – № 8. – С. 7–10.

48. Бекузарова Н. В. Профессиональный портрет выпускника по направлению подготовки «педагогическое образование» с квалификацией (степенью) «бакалавр» / Н. В. Бекузарова, Е. В. Ермолович // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2012. – № 2 (117). – С. 83-88.

49. Берест О. О. Підготовка майбутніх фітнес- тренерів до рекреаційно-оздоровчої діяльності / О. О. Берест // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – 2015. – № 129. – Т. 2. – С. 101-104.

50. Берест О. О. Сучасний стан проблеми підготовки фітнес-тренерів / О. О. Берест // Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка. Сер. : Педагогічні науки. – 2016. – Вип. 31. – С. 113-122.

51. Бесарабчук Г. В. Дослідження теоретико-методологічних основ проблеми контролю готовності учнів ліцеїв військового профілю до служби в армії / Г. В. Бесарабчук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наукова монографія за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХДАДМ (ХХІІІ), 2006. – № 10. – 251 с.

52. Беспалько В. П. Слагаемые педагогической технологии / В. П. Беспалько. – М. : Педагогика, 1989. – С. 3, 169-175.

53. Бесташишвили Т. Г. Разумный фитнес. Книга руководителя / Т. Г. Бесташишвили. – СПб.: Изд-во «Нестор-История», 2011. – 536 с.

54. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання / І. Д. Бех // – К. : ІЗМН, 1998. – 204 с.

55. Белікова Н. О. Пріоритетні напрями модернізації вищої освіти України на сучасному етапі / Н. О. Белікова // Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя. Сер. : Психолого-педагогічні науки. – 2013. – № 3. – С. 161-165.

56. Биомедицинская этика: Практикум / под общ. ред. С. Д. Денисова, Я. С. Яскевич. – Минск : БГМУ, 2011. – 255 с.
57. Блауберг И. В. Становление и сущность системного подхода / И. В. Блауберг, Э. Г. Юдин. – М. : Наука, 1973. – 270 с.
58. Бобрышов С. В. Методология историко-педагогического исследования развития педагогического знания : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.01 / С. В. Бобрышов. – Ставрополь, 2006. – 480 с.
59. Боген М. М. Обучение двигательным действиям / М. М. Боген. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.
60. Богуславська О. Як не загубитися у розмаїтті тренінгових програм [Електронний ресурс]: 1 ч. / О. Богуславська. – Режим доступу: <http://www.b17.ru/article/2704/>.
61. Бодалев А. А. Теоретико-методологические аспекты изучения эмпатии / А. А. Бодалев, Т. Р. Каштанова // Групповая психотерапия при неврозах / [под ред. Б. Д. Карвасарского, В. А. Мазуренко]. – Л., 1975. – С. 11-19.
62. Боднар І. Підготовка фахівців з шейпінгу в умовах ступеневої системи освіти / І. Боднар, В. Ігумен, М. Линець // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2002. – № 2-3. – С. 30-32.
63. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – М. : Просвещение, 1968. – 464 с.
64. Болотов В. А. Компетентностная модель: от идеи к образовательной парадигме / В. А. Болотов, В. В. Сериков // Педагогика. – 2003. – № 10. – С. 7-13.
65. Боляк А. А. Системний підхід у професійній діяльності тренера з фітнесу : навч. посіб. / А. А. Боляк, Н. Л. Боляк, О. В. Корх-Черба, П. М. Кизім. – Х. : ХДАФК, 2012. – 130 с.
66. Большой энциклопедический словарь (БЭС) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://dic.academic.ru/contents.nsf/enc3p/>.

67. Бондаренко С. А. Формирование профессиональной готовности конкурентоспособного специалиста / С. А. Бондаренко // Модернизация высшей школы: обеспечение качества профессионального образования: материалы Всерос. науч.-практ. конф. – Барнаул: Изд-во ААЭП, 2004. – Ч. 1. – 188 с.

68. Борилкевич В. Е. Фитнес – современное понятие в мировом оздоровительном движении / В. Е. Борилкевич // Термины и понятия в сфере физической культуры : материалы первого международного конгресса. – СПб. : С. Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта, 2006. – С. 33-35.

69. Боровикова С. А. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности : учеб. пособие / С. А. Боровикова, Т. П. Водолазская, М. А. Дмитриева, Л. Н. Корнеева; ред. Г. С. Никифоров; С. Петерб. гос. ун-т. – СПб : Изд-во СПбГУ, 1991. – 152 с.

70. Бренч С. В. История возникновения и развития нового вида физкультурно-оздоровительной деятельности – фитнес-аэробики / С. В. Бренч // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму : материалы XI Междунар. науч. сессии по итогам НИР за 2009 год; «Молодежь – науке». – Минск, 2010. – С. 39-43.

71. Булыко А. Н. Большой словарь иностранных слов / А. Н. Булыко. – [Изд. 2-е, испр.] – М. : Мартин, 2008. – 704 с.

72. Бурлакова Н. Ю. Профессиональные способности в структуре интегральной индивидуальности учителя физической культуры: автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Общая психология, история психологии» / Наталья Юрьевна Бурлакова. – Пермь, 2000. – 20 с.

73. Вавилов В. Fitness менеджмент / В. Вавилов. – К. : Саммит-Книга, 2015. – 168 с.

74. Вартанян В. М. Эмпатия в структуре индивидуально-психотипологических особенностей личности: дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Виолетта Микаэловна Вартанян. – Ставрополь, 2007. – 172 с.

75. Василенко М. Психологічний профіль фітнес-тренера як підґрунтя для розробки змісту професійної підготовки майбутнього фахівця / М. Василенко // Актуальні проблеми вищої професійної освіти України : Матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф., 20 березня 2014 р. / за заг. ред. Е. В. Лузік, О. М. Акмалдінової. – К. : НАУ, 2014. – С. 37-38.

76. Василенко М. М. Аналіз навчальних програм для майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації у вищих навчальних закладах Чехії / М. М. Василенко, О. В. Погонцева // Міжнародна діяльність університетів як фактор інноваційного розвитку вищої школи: Матеріали міжнар. наук.-практ. заочної конф. : зб. тез. доп. – Маріуполь : МДУ, 2015. – С. 154-157.

77. Василенко М. М. Дисципліна «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» як складова змісту підготовки майбутнього фітнес-тренера у вищому навчальному закладі / М. М. Василенко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт): зб. наук. праць. / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. – Вип. 10 (51) 14. – С. 8-11.

78. Василенко М. М. Досвід підготовки тренерів з фітнесу в країнах Балтії / М. М. Василенко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – 2013. – Вип. 107. – Том 1. – С. 85-89.

79. Василенко М. М. Доцільність вивчення дисципліни «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» майбутніми фітнес-тренерами» / М. М. Василенко // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : Матеріали IX Всеук. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Львів : ЛДУФК, 2014. – С. 310-315.

80. Василенко М. М. Зміст стандарту вищої освіти магістрів-майбутніх фітнес-тренерів / М. М. Василенко // Наукові записки : [зб. наук. статей] / М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова ; упор. Л. М. Макаренко. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. – Вип. СХХVIII (128). – С. 17-24.

81. Василенко М. М. Історичні передумови формування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти / М. М. Василенко, М. В. Дутчак // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. – Вип. 3 К (97) 18. – С. 103-107.

82. Василенко М. М. Кваліфікаційна характеристика фітнес-тренера як підгрунтя професійної підготовки в ВНЗ / М. М. Василенко, М. В. Дутчак // Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму: зб. тез доповідей V Міжнародної наук.-практ. конф., 10-11 жовтня 2013 р. / за ред. В. М. Огаренка та ін. – Запоріжжя: КПУ, 2013. – С. 47-48.

83. Василенко М. М. Компетентнісний підхід до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів: переваги та недоліки / М. М. Василенко // Актуальні проблеми вищої професійної освіти України : Матеріали V Міжнар. наук.-практ. конф., 23 березня 2017 р. / за заг. ред. Е. В. Лузік, О. М. Акмалдінової. – К. : НАУ, 2017. – С. 37-38.

84. Василенко М. М. Методологічні підходи до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах / М. М. Василенко, Л. В. Денисова // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і

спорт): зб. наук. праць / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. – Вип. 5К (86). – С. 55-59.

85. Василенко М. М. Обґрунтування змісту варіативної частини стандарту вищої фізкультурної освіти майбутнього фітнес-тренера / М. М. Василенко // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах: зб. наук. праць. – Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2014. – Вип. 37 (90). – С. 132–138.

86. Василенко М. М. Обґрунтування підходів до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах: філософський та загальнонауковий рівень / М. М. Василенко // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку : Матеріали XV Міжнар. наук.-практ. конф., 5-7 квітня 2017 р. – Харків : Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, 2017. – С. 80-83.

87. Василенко М. М. Основні положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах / М. М. Василенко // Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі : Матеріали III Міжн. конгресу, 18-21 травня 2017 р. – Одеса : Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського, 2017. – С. 596-597.

88. Василенко М. М. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах України / М. М. Василенко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)»: зб. наук. праць / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. – Вип. 3К 2 (71) 16. – С. 59-62.

89. Василенко М. М. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у США / М. М. Василенко // Актуальні

проблеми фізичного виховання, спорту та туризму : тези доп. IV Міжнар. наук.-практ. конф., 18-19 жовтня 2012 р. – Запоріжжя, 2012. – С. 161-162.

90. Василенко М. М. Порівняльна характеристика професійної підготовки майбутніх фітнес тренерів у країнах ЄС / М. М. Василенко, М. В. Дутчак // Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. : зб. тез доповідей / гол. ред. С. Г. Кушнірук. – Бердянськ : Видавець Ткачук О. В., 2013. – С. 114-117.

91. Василенко М. М. Практика професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах Польщі / М. М. Василенко // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : Матеріали X Всеук. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Львів : ЛДУФК, 2016. – С. 369-374.

92. Василенко М. М. Результати навчання майбутнього фітнес-тренера в рамках компетентісного підходу / М. М. Василенко // Наукові записки : [зб. наук. статей] / М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. пед.ун-т імені М. П. Драгоманова ; укл. Л. М. Макаренко. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. – Вип. CVI (106). – С. 28-34.

93. Василенко М. М. Роль та місце дисципліни «Професійна майстерність фітнес-тренера» в процесі підготовки майбутнього фахівця / М. М. Василенко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт): зб. наук. праць /за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. – Вип. 3К (44) 14. – С. 146-149.

94. Василенко М. М. Система вищої освіти майбутніх фітнес-тренерів у Сполучених Штатах Америки / М. М. Василенко // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах : зб.

наук. праць. – Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2012. – № 27 (80). – С. 494-500.

95. Василенко М. М. Специфіка підготовки майбутніх фітнес-тренерів в Німеччині та Австрії (в порівняльному аспекті) / М. М. Василенко // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах : зб. наук. праць. – Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2012. – № 26 (79). – С. 126–131.

96. Василенко М. М. Стан готовності майбутніх фахівців до діяльності у сфері фітнес-індустрії / М. М. Василенко // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах: зб. наук. праць. – Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2014. – Вип. 39 (92). – С. 98–103.

97. Василенко М. М. Стан та перспективи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах України / М. М. Василенко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)» : зб. наук. праць / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. – Вип. 3 К2 (57) 15. – С. 53-56.

98. Василенко М. М. Становлення системи вищої фізкультурної освіти майбутніх фітнес-тренерів в Україні / М. М. Василенко // Освітологічний дискурс [Електронне фахове наукове видання]. – К. : Київський університет ім. Б. Грінченка, 2016. – № 3 (15). – С. 30-42.

99. Василенко М. М. Сучасний стан сформованості готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності в сучасних центрах оздоровчого фітнесу, spa&velness / М. М. Василенко, О. В. Погонцева // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. – Вінниця: Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського, 2014. – Вип. 18. – Т. 1. – С. 468-474.

100. Василенко М. М. Сучасний стан та проблеми підготовки фітнес-тренерів в США / М. М. Василенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків : ХОВНОКУ–ХДАДМ, 2012. – № 11. – С. 19-23.

101. Василенко М. М. Сучасні вимоги роботодавців до формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності / М. М. Василенко // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах: зб. наук. праць. – Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2014. – Вип. 38 (91). – С. 119–125.

102. Василенко М. М. Тезаурус дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищому навчальному закладі / М. М. Василенко // ScienceRise: Pedagogical Education, 2016. – № 8 (4). – С. 4-10.

103. Василенко М. М. Тенденції розвитку системи освіти майбутніх фітнес-тренерів у Російській федерації / М. М. Василенко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. – Вип. 4 (29). – С. 166-170.

104. Василенко М. М. Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес-тренера / М. М. Василенко, М. В. Дутчак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків : ХОВНОКУ, 2013. – № 2. – С. 17-22.

105. Василенко М. Н. Целесообразность изучения дисциплины «Психология деятельности в сфере фитнеса и рекреации» будущими фитнес-тренерами / М. Н. Василенко // Проблемы и перспективы развития педагогики и психологии : материалы междунар. заочной научно-практ. конф., 3 апреля 2013 г. – Новосибирск : Изд. «СибАК», 2013. – С. 92-98.

106. Ващук Л. Алгоритм побудови індивідуальних фітнес-програм для самостійних занять старшокласниць [Електронний ресурс] / Л. Ващук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2016. – № 2. – С. 20-25. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Fvs_2016_2_5.

107. Ващук Л. М. Передумови розвитку та становлення фітнесу в Україні / Л. М. Ващук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2013. – № 3. – С. 7-9.

108. Велединский В. Г. Спортивно-оздоровительный сервис: формирование новой учебной дисциплины / В. Г. Велединский, С. И. Росенко // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2007. – № 9 (31). – С. 28-31.

109. Великий тлумачний словник української мови (з дод. і допов.) / уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. – К.; Ірпінь : ВТФ «Перун», 2005. – 1728 с.

110. Вербицкий А. А. Концепция знаково-контекстного обучения в вузе / А. А. Вербицкий // Вопросы психологии. – 1987. – № 5. – С. 31-37.

111. Виговська С. Готовність студентської молоді до сімейного життя у контексті сучасного інформаційного простору / С. Виговська, Ю. Кружаліна // Вісник Книжкової палати. – 2010. – № 1. – С. 46-50.

112. Вишнякова С. М. Профессиональное образование: Словарь. Ключевые понятия, термины, актуальная лексика. – М. : НМЦ СПО, 1999. – 538 с.

113. Вишпольська В. Ф. Застосування кейс-методу у професійній підготовці фахівця з міжнародних економічних відносин / В. Ф. Вишпольська // Педагогічні науки. Зб. наук. праць. – 2009. – Вип. 82. – С. 26-34.

114. Вітвицька С. С. Основи педагогіки вищої школи : підр. за модульно-рейтинг. сист. навч. для студ. магістратури / С. С. Вітвицька. – К. : Центр навч. л-ри, 2006. – 384 с.

115. Вітвицька С. С. Професіографічний підхід у підготовці майбутніх магістрів освіти в контексті інформаційно-комунікаційних технологій / С. С. Вітвицька // Теорія і практика професійної майстерності в умовах цілежиттєвого навчання : монографія / за ред. О. А. Дубасенюк. – Житомир : Вид-во Рута, 2016. – С. 192-222.

116. Владимірова Т. Н. Дидактическая концепция профессиональной подготовки журналистов в высшей школе России: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.08 / Татьяна Николаевна Владимірова. – М., 2015. – 481 с.

117. Власенко А. С. Некоторые вопросы воспитания советского студентства на современном этапе / А. С. Власенко // Уч. зап. Моск. обл. инст. – М., 1971. – С. 54.

118. Войнар Ю. Розвиток та сучасні тенденції системи підготовки фахівців з фізичної культури в умовах Євроінтеграції : монографія / Ю. Войнар, Д. Наварецький, І. Д. Глазирін. – Черкаси : Відлуння-Плюс, 2005. – 184 с.

119. Войтко С. В. Ринок інформаційно-комунікаційних технологій: структура та аналіз / С. В. Войтко // Вісник національного університету «Львівська політехніка». Логістика. – 2007. – № 594. – С. 384-392.

120. Воланюк Н. Тренер-викладач та його індивідуально-психологічні властивості / Н. Воланюк // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 135-138.

121. Волков К. Д. Формирование у будущих специалистов по физической культуре и спорту специальных профессиональных компетенций для работы в оздоровительном фитнесе : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / К. Д. Волков. – Москва, 2009. – 20 с.

122. Волков Л. В. Современные требования к профессиональной деятельности тренера детского и юношеского спорта / Л. В. Волков // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХДАДМ (ХХІІІ). – 2005. – № 10 – С. 208-212.

123. Воловик Н. І. Основи оздоровчого фітнесу : [навчальний посібник] / Н. І. Воловик. – К. : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010. – 240 с.

124. Выдрин В. М. Введение в специальность: учеб. пособие / В. М. Выдрин. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 119 с.

125. Выдрин В. М. История и методология науки о физической культуре : учеб.-метод. пособие / В. М. Выдрин. – [2-е изд., испр. и доп.]. – СПб., 2006. – 151 с.

126. Высочина Н. Психологическое обеспечение в многолетней подготовке спортсменов / Н. Высочина // Наука в олимпийском спорте. – 2016. – № 4. – С. 65-71.

127. Галузевий стандарт вищої освіти України. Освітньо-кваліфікаційна характеристика. Освітньо-професійна програма підготовки. Засоби діагностики якості вищої освіти бакалавра галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» напряму підготовки 6.010203 «Здоров'я людини». – [Чинний від 2013-01-01]. – К. : Вид-во Національного університету фізичного виховання і спорту України «Олімпійська література», 2013. – 60 с.

128. Герцик М. С. Вступ до спеціальності галузі «фізичне виховання і спорт» : підручник / М. С. Герцик, О. М. Вацеба. – Харків : «ОВС», 2005. – 240 с.

129. Герчанівська П. Е. Культурологія: термінологічний словник / П. Е. Герчанівська. – К. : Національна академія керівних кадрів культури і мистецтв, 2015. – 439 с.

130. Гинзбург М. Р. Психологическое содержание личностного самоопределения / М. Р. Гинзбург // Вопросы психологии. – 1994. – № 3. – С. 18-26.

131. Гиппиус С. В. Актерский тренинг. Гимнастика чувств / С. В. Гиппиус. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 377 с.

132. Гігієна праці / за ред. А. М. Шевченка, О. П. Яворовського. – Вінниця : Нова книга, 2005. – 528 с.

133. Гладуш В. А. Педагогіка вищої школи: теорія, практика, історія : навч. посіб. / В. А. Гладуш, Г. І. Лисенко. – Дніпропетровськ, 2014. – 416 с.

134. Гладышев А. А. Формирование индивидуальной образовательной траектории студентов физкультурно-спортивного профиля на основе компетентного подхода (для специализации в сфере фитнеса) : дис... канд. пед. наук : 13.00.08 / Александр Александрович Гладышев. – Нижневартовск, 2015. – 219 с.

135. Глонь В. Я. К вопросу о разграничении понятий «Маркетинговая компетентность» и «Маркетинговая компетенция» / В. Я. Глонь // Проблемы современной экономики. – 2016. – Вып. 2 (58). – С. 135-138.

136. Гоглювата Н. О. Програмування фізкультурно-оздоровчих занять аквафітнесом з жінками першого зрілого віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 «Фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення» / Наталя Олегівна Гоглювата. – К., 2007. – 20 с.

137. Гозман Л. Я. Самоактуализация личности и проблема её измерения / Л. Я. Гозман, М. В. Кроз, М. В. Латинская // Российское педагогическое агентство : учебн. пособ. – М., 1995. – Разд. 1. – С. 3-6.

138. Головань М. С. Компетентнісна модель випускника економічного ВНЗ напряму підготовки «фінанси і кредит» /

М. С. Головань // Проблеми інженерно-педагогічної освіти : зб. наук. праць. – Х., УПА, 2009. – Вип. 22-23. – С. 46-53.

139. Головань М. С. Формування змісту професійної підготовки майбутнього фахівця фінансового профілю / М. С. Головань // Стратегія якості у промисловості і освіті : матеріали VIII Міжнар. конф., 8-15 червня 2012 р., Варна. Т. 3 / [упоряд.: Т. С. Хохлова, В. О. Хохлов, Ю. О. Ступак]. – Дніпропетровськ-Варна : ДППОпром-ТУ-Варна, 2012. – С. 202-205.

140. Голубничая Л. А. Дидактика вищої школи у XXI столітті / О. А. Голубничая // Science and education a new dimension. Pedagogy and psychology, II(13). – 2014 – № 26. – С. 22-25.

141. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник / С. У. Гончаренко. – К. : Либідь, 1997. – 376 с.

142. Гончарова Н. Використання сучасних інформаційних технологій у сфері оздоровчого фітнесу / Н. Гончарова, Л. Денисова, В. Усиченко // Фізичне виховання, спорт, культура здоров'я в сучасному суспільстві. – 2012. – № 2. – С. 163–166.

143. Горбушина О. П. Психологический тренинг: Секреты проведения / О. П. Горбушина. – СПб. : Питер, 2008. – 176 с.

144. Гращенкова Ж. В. Формування професійної компетентності майбутніх тренерів із плавання у процесі вивчення фахових дисциплін : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Жанна Вікторівна Гращенкова. – К., 2015. – 22 с.

145. Григорьев В. И. Динамика развития рынка фитнес-услуг в России / В. И. Григорьев // Актуальные проблемы развития фитнеса в России : сб. материалов Всерос.науч.-практ. конф. / Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. – СПб., 2009. – С. 7-15.

146. Григорьев В. И. Фитнес-культура студентов: теория и практика : учеб. пособие [Электронный ресурс] / В. И. Григорьев, Д. Н. Давиденко,

С. В. Малинин. – СПб. : Изд.-во СПбГУЭФ, 2010 – 228 с. – Режим доступу: http://elibrary.fines.ru/materials_files/339503065.pdf.

147. Гуревич Р. С. Як визначити рівень професійної компетентності персоналу? / Р. С. Гуревич // Теорія і практика управління соціальними системами. – 2011. – № 1. – С. 33-37.

148. Гущина Н. В. Формирование профессиональной компетентности будущего тренера по спортивной аэробике в процессе обучения дисциплине "педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование" : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Гущина Надежда Викторовна. – Чебоксары, 2009. – 228 с.

149. Гущина Н. В. Формирование профессиональной компетентности будущего тренера по спортивной аэробике / Н. В. Гущина, Л. Д. Назаренко. – Ульяновск : Федер. агентство по образованию, Ульян. гос. пед. ун-т им. И. Н. Ульянова, 2009. – 90 с.

150. Давыдов В. Ю. Методика преподавания оздоровительной аэробики : учеб. пособие / В. Ю. Давыдов, Т. Г. Коваленко, Г. О. Краснова. – Волгоград : Изд-во Волгогр. гос. ун-та, 2004. – 124 с.

151. Давыдов В. Ю. Новые фитнес-системы : учеб. пособие / В. Ю. Давыдов, А. И. Шамардин, Г. О. Краснова. – Волгоград : ВГАФК, 2005. – 287 с.

152. Данилко М. Сучасні уявлення про сутність і структуру діяльності тренера / М. Данилко, В. Толкач // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць. – 2010. – № 3 (11). – С. 21-26.

153. Денисенко М. П. Вища освіта в Україні: проблеми та перспективи / М. П. Денисенко, С. В. Бреус // Вчені записки університету «КРОК». Серія : Економіка. – 2013. – Вип. 33. – С. 17-24.

154. Денисова Л. В. Хмарні технології в освітньому процесі вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту: стан питання та

перспективи застосування / Л. В. Денисова // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2014. – Вип. 118 (2). – С. 35-38.

155. Державна національна програма “Освіта” : Україна XXI століття // Освіта. – 1993. – № 44-46. – С. 1-13.

156. Деркач А. А. Акмеологический словарь / под общ. ред. А. А. Деркача. – М. : Изд-во РАГС, 2004. – 161 с.

157. Деркач А. А. Педагогическое мастерство тренера / А. А. Деркач, А. А. Исаев ; предисл. Н. В. Кузьминой, А. Ц. Пуни, А. В. Тарасова. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 375 с.

158. Деркач А. А. Психология, педагогика и акмеология непрерывного образования : учеб. пособие / А. А. Деркач ; Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ. – М. : Изд-во РАГС, 2006. – 250 с.

159. Деркач А. А. Творчество тренера / А. А. Деркач, А. А. Исаев. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 239 с.

160. Джуринський П. Б. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутніх учителів фізичної культури до оздоровчо-розвивальної діяльності у загальноосвітній школі [Електронний ресурс] / П. Б. Джуринський // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки. – 2015. – Вип. 124. – С. 148-151. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuP_2015_124_39.

161. Діагностичні методики: збірник / [уклад.: М. В. Лемак, В. П. Петрище]. – Ужгород : Видавництво Олександра Гаркуші, 2011. – 616 с.

162. Довгая Н. А. Метод дискуссии-провокации в профессиональной подготовке студентов педагогических специальностей / Н. А. Довгая, В. С. Довгий // Педагогический опыт: теория, методика, практика : материалы III Междунар. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 31

июля 2015 г.) / редкол.: О. Н. Широков [и др.] – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. – № 2 (3). – С. 73-75.

163. Довідник користувача Європейської системи трансферу та накопичення кредитів (ЄКТС) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://euroosvita.osp-ua.info/html/ch3/dovidnyk-ekts.html>.

164. Довідник професійно-кваліфікаційних характеристик професій працівників. Вип. 85. Спортивна діяльність [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://otipb.at.ua/load/dovidniki_kvalifikacijnikh_kharakteristik_profesij_pracivnikov.

165. Докука С. В. Клиповое мышление как феномен информационного общества / С. В. Докука // Общественные науки и современность. – Российская академия наук. Издательство “Наука”, 2013. – № 2. – С. 169-176.

166. Долгова В. И. Феномен эмпатии в психологических исследованиях [Електронний ресурс] / В. И. Долгова, Е. В. Мельник, Н. М. Петрова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 86–90. – Режим доступу: <http://e-koncept.ru/2015/95524.htm>.

167. Доница И. А. Маркетинговая компетентность как критерий профессионализма в сфере образования [Електронний ресурс] / И. А. Доница, Т. Г. Ширина // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 5-4. – С. 844-848. – Режим доступу: <https://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=34009>.

168. Дорошенко Ю. О. Сутність теми і зміст педагогічного дослідження [Електронний ресурс] / Ю. О. Дорошенко. – Режим доступу: www.kspu.edu/Downloads/it_conf/4/DoroshSemen.doc.

169. Дохикян Л. С. Сравнительный анализ высшего образования в России и США : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук :

спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Л. С. Дохилян. – Рязань, 2006. – 20 с.

170. Дружинин В. Н. Когнитивная психология : учеб. для вузов / под ред. В. Н. Дружинина, Д. В. Ушакова. – М. : ПЕР СЭ, 2002 – 480 с.

171. Друзь І. М. Педагогічна система підготовки фахівців в умовах Болонського процесу / І. М. Друзь // Теорія і практика управління соціальними системами : філософія, психологія, педагогіка, соціологія. – 2011. – № 1. – С. 65-70.

172. Дубасенюк О. А. Теорія і практика професійної виховної діяльності педагога : монографія / О. А. Дубасенюк. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2005. – 367 с.

173. Дубовицкая Т. Д. Диагностика уровня профессиональной направленности студентов / Т. Д. Дубовицкая // Психологическая наука и образование. – 2004. – № 2. – С. 82-86.

174. Дурай-Новакова К. М. Формирование профессиональной готовности студентов к педагогической деятельности: дис. ... д-ра пед. наук / К. М. Дурай-Новакова. – М., 1983. – 340 с.

175. Дутчак М. В. Класифікація професій у сфері фізичної культури і спорту в Україні: стан та перспективи / М. В. Дутчак // Спортивна наука України. – 2010. – № 2. – С. 25-41.

176. Дутчак М. В. Теоретико-методологічні засади формування системи спорту для всіх в Україні : автореф. дис... д-ра наук з фіз. вих. та спорту : 24.00.02 / Дутчак Мирослав Васильович. – Київ, 2009. – 38 с.

177. Евтихов О. В. Практика психологического тренинга / О. В. Евтихов. – СПб. : Издательство «Речь», 2004. – 256 с.

178. Еразмус+Національний Темпус-офіс в Україні [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://erasmusplus.org.ua/>.

179. Ефремова Т. Ф. Новый словарь русского языка. Толково-словообразовательный [Електронний ресурс] / Т. Ф. Ефремова // М. :

Русский язык, 2000. – Режим доступу: <http://www.efremova.info/letter/+tr.html?page=17>.

180. Євтух М. Б. Методологічні засади трансформації вищої освіти України в контексті Болонського процесу / М. Б. Євтух // Педагогічна і психологічна науки в Україні : зб. наук. праць до 15-річчя АПН України [у 5 т.]. – К. : Педагогічна думка, 2007. – Т. 4: Педагогіка і психологія вищої школи. – С. 7-18.

181. Єжова О. О. Сутність організаційно-педагогічних умов педагогічного процесу / О. О. Єжова // Психолого-педагогічні науки. – 2014. – № 3. – С. 39-43.

182. Ємельянова Н. Л. Підготовка майбутніх вихователів до роботи над засвоєнням старшими дошкільниками народознавчої лексики : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Н. Л. Ємельянова. – Одеса, 2003. – 20 с.

183. Жмарев Н. В. Управленческая и организаторская деятельность тренера / Н. В. Жмарев. – Киев : Здоровья, 1980. – 144 с.

184. Жуковская Н. А. Развитие конфликтоустойчивости педагога / Н. А. Жуковская // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2016. – Т. 16. – Вып. 2. – С. 216-219. DOI: 10.18500/1819-7671-2016-16-2-216-220.

185. Журавлев В. И. Стандарты в формировании и поддержании профессионализма педагогов / В. И. Журавлев // Проблемы обновления содержания общего образования. – Рн/Д. : РПИ, 1992. – 100 с.

186. Журавлев П. В. Персонал. Словарь понятий и определений / [П. В. Журавлев, С. А. Карташов, Н. К. Маусов, Ю. Г. Одегов]. – М. : Экзамен, 1999. – С. 31–45.

187. Журавський В. С. Болонський процес: головні принципи входження в європейський простір вищої школи / В. С. Журавський, М. З. Згуровський. – К. : ІВЦ “Політехніка”, 2003. – 200 с.

188. Заблоцька О. С. Компетентність, кваліфікація, компетенція як ключові категорії компетентнісної парадигми вищої освіти / О. С. Заблоцька // Вісник Житомирського державного університету. – 2008. – Вип. 39. – С. 52-56.

189. Завальнюк О. В. Філософська інтерпретація фітнесу як складової здоров'я та благополуччя людини / О. В. Завальнюк // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт/» : зб. наук. праць / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. – Вип. 3К 2 (71)16. – С. 128-131.

190. Загвоздкин В. К. Роль портфоліо в учебном процесі. Некоторые психолого-педагогические аспекты (на основе материалов зарубежных источников) / В. К. Загвоздкин // Педагогическая психология: Психологическая наука и образование. – 2004. – № 4. – С. 5-10.

191. Закон України «Про вищу освіту» : від 01.07.2014, № 1556-VII (Редакція станом на 05.09.2017) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.

192. Закон України «Про освіту» : за станом на 5 вересня 2017 р., № 2145-VIII [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.

193. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (із змінами) : від 24.12.1993, № 3808-XII (Редакція станом на 18.01.2018) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.

194. Закусило О. Ю. Використання тренінгу як інтерактивного процесу у соціальній роботі проблеми педагогічних технологій /

О. Ю. Закусило // 36. наук. праць. – Луцьк : Луцький інститут розвитку людини Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна», 2010. – Вип. 2. – С. 84-88.

195. Занюк С. С. Психология мотивации / С. С. Занюк. – К. : Эльга-Н; Ника-Центр, 2001. – 352 с.

196. Захаріна Є. А. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до позакласної та позашкільної оздоровчо-виховної роботи: теорія та методика : монографія / Є. А. Захаріна ; Класичний приватний університет. – Запоріжжя : КПУ, 2012. – 440 с.

197. Захаріна Є. А. Технології оздоровчого фітнесу в підготовці майбутніх учителів фізичної культури / Є. А. Захаріна // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. – 2015. – Вип. 42. – С. 123-128.

198. Захарова Г. В. Формирование готовности к межкультурной коммуникации у студентов вуза : автореф. дисс. на соискание учен. степени д-ра пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Г. В. Захарова. – Нижний Новгород, 2009. – 20 с.

199. Зверьков А. В. Исследование волевой саморегуляции [Електронний ресурс] / А. В. Зверьков, Е. В. Эйдман. – Режим доступу: <http://psylist.net/praktikum/00417.htm>.

200. Зимняя И. А. Компетентностный подход. Каково его место в системе современных подходов к проблемам образования? (теоретико-методологический аспект) / И. А. Зимняя // Высшее образование сегодня. – 2006. – №. 8. – С. 20-26.

201. Зимняя И. А. Общая культура и социально-профессиональная компетентность человека / И. А. Зимняя // Профессиональное образование. – 2006. – №. 2. – С. 27-32.

202. Зимняя И. А. Педагогическая психология / И. А. Зимняя. – Ростов н/Д. : Феникс, 1997. – 480 с.
203. Зінченко В. Б. Фітнес-технології у фізичному вихованні : [навч. посібник] / В. Б. Зінченко, Ю. О. Усачов. – К. : НАУ, 2011. – 152 с.
204. Зінченко В. О. Тенденції розробки моделі фахівця / В. О. Зінченко // Наукові записки кафедри педагогіки. – Харків, 2011. – Вип. XXVII. – С. 80-90.
205. Золотов М. И. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / М. И. Золотов [и др.]. – М. : Академия, 2004. – 432 с.
206. Зорин А. Гуманитарное образование в трех национальных образовательных системах [Электронный ресурс] / А. Зорин. – Режим доступа: <http://www.polit.ru/article/2009/11/12/gumeducation/>.
207. Зотова Н. К. Педагогическое проектирование образовательных систем в постдипломном образовании : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.01 / Зотова Наталья Константиновна. – Оренбург, 2005. – 439 с.
208. Зязюн І. А. Концептуальні засади теорії освіти в Україні / І. А. Зязюн // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2000. – № 1. – С. 12-13.
209. Зязюн І. А. Філософія педагогічної якості в системі неперервної освіти / І. А. Зязюн // Вісник Житомирського державного університету ім. Франка. – 2005. – С. 13-18.
210. Ибрагимов Г. И. Закономерности и принципы обучения в профессиональной школе / Г. И. Ибрагимов // Казанский педагогический журнал. – 2014. – № 4 (105). – С. 9-26.
211. Иванова Г. П. Критериальная база современного воспитания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://web-local.rudn.ru/web-local/prep/gj/index.php?id=368&p=12673>.

212. Иванова Е. М. Психология профессиональной деятельности / Е. М. Иванова. – М. : ПЕР.СЭ, 2006. – 382 с.
213. Иващенко Л. Я. Программирование занятий оздоровительным фитнесом / Л. Я. Иващенко, А. Л. Благий, Ю. А. Усачев. – К. : Науковий світ, 2008. – 198 с.
214. Игнатъева Е. Ю. Педагогическое управление учебной деятельностью студентов в современном вузе : монография. – СПб. : Изд-во «ЛЕМА», 2012. – 300 с.
215. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.
216. Ильин Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. – [2-е изд.] – СПб. : Питер, 2009. – 368 с.
217. Ильин Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2012. – 352 с.
218. Ильин С. С. Психологическая готовность к управленческим профессиям и ее диагностика / С. С. Ильин // Прикладная психология. – 1999. – № 4. – С. 1–11.
219. Ильина Е. В. Самоактуализация как необходимое условие полноценного развития и социализации личности / Е. В. Ильина, А. А. Пытина // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2009. – № 3. – С. 353-356.
220. Инженерная педагогика: сб. ст. – Вып. 4. – М. : Центр инженерной педагогики МАДИ (ГТУ), 2003. – 300 с.
221. Информационно новостной сайт Латвии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://pribalt.info/abc.php?month=4&news=125>.
222. Историческое профессиоведение / под ред. В. Н. Владимирова. – Барнаул : Изд-во Алт. ун-та, 2004. – 208 с.
223. Иванова Л. І. Концептуальні засади професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями

у стані здоров'я [Електронний ресурс] / Л. І. Іванова // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2015. – Вип. 129 (2). – С. 164-167. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2015_129\(2\)__36](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2015_129(2)__36).

224. Іванова Л. І. Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Л. І. Іванова. – К., 2014. – 41 с.

225. Іванова С. Вища освіта України як об'єкт впливу глобальних освітніх процесів / С. Іванова // Імідж сучасного педагога. – 2013. – № 6. – С. 9-11.

226. Іванцова Н. Б. Розвиток професійної спрямованості особистості : [навч. посібник для вузів] / Н. Б. Іванцова. – Миколаїв : Іліон, 2007. – 164 с.

227. Ігнатюк О. А. Особливості підготовки сучасних фахівців у системі вищої професійної освіти США / О. А. Ігнатюк // Теорія і практика управління соціальними системами. – 2011. – № 1. – С. 58-64.

228. Ігнатюк О. А. Проблема професійного самовизначення особистості: теоретичний аспект / О. А. Ігнатюк // Наукові записки. Серія: Педагогічні науки. – Миколаїв, 2006. – № 46. – С. 89-93.

229. Ігнатюк О. А. Професіоналізм особистості як об'єкт вивчення: системний підхід / О. А. Ігнатюк // Проблеми інженерно-педагогічної освіти : зб. наук. праць. – Х. : УПА, 2006. – Вип. 12. – С. 241-247.

230. Інформаційні матеріали соціологічного дослідження «Реформування вищої освіти» [Електронний ресурс]. – Київ : Фонд «Демократичні ініціативи», Фірма «Юкрейніан соціолоджі сервіс», 2015. – Режим доступу: <http://dif.org.ua>.

231. Каган М. С. Системный подход и гуманитарное знание / М. С. Каган. – Л. : ЛГУ, 1991. – 384 с.

232. Калашников Д. Г. Построение учебных программ повышения квалификации специалистов фитнес-клубов : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Дмитрий Геннадиевич Калашников. – Москва, 2005. – 37 с.

233. Каленюк И. С. Развитие высшего образования и экономика знаний : монография / И. С. Каленюк, О. В. Куклин. – Киев : Знання, 2012. – 343 с. – (Современная наука).

234. Калинин В. К. На путях построения теории воли / В. К. Калинин // Психологический журнал / ред. А. В. Брушлинский, В. С. Шустиков, Л. И. Анцыферова. – 1989. – Том 10. – № 2, март-апрель. – С. 46-56.

235. Калицкий Э. М. Трансформация профессионального образования в современном обществе / Э. М. Калицкий. – Мн. : РИПО, 1997. – 113 с.

236. Калінічева Г. Вища освіта України в контексті сучасних цивілізаційних змін / Г. Калінічева // Українознавчий альманах. – 2014. – Вип. 17. – С. 146-149.

237. Кан-Калик В. А. Педагогическая деятельность как творческий процесс: Исследование субъектно-эмоциональной сферы творческого процесса педагога / В. А. Кан-Калик. – Грозный : Чеч.-Инг. кн. изд-во, 1976. – 288 с.

238. Карпей Э. Энциклопедия фитнеса / Э. Карпей ; пер. с англ. М. Котельниковой. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2003. – 361 с.

239. Карпюк І. Ю. Вивчення проблеми формування професійної компетенції майбутніх спеціалістів у сучасній освіті / І. Ю. Карпюк //

Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка. – 2010. – Вип. 1. – С. 172-176.

240. Кипнис М. Ш. Тренінг лідерства / М. Ш. Кипнис. – М. : Ось-89, 2008. – 144 с.

241. Кириленко О. Н. Фітнес-культура как фактор розвитку глобальної культури здоров'я / О. Н. Кириленко // Вісник Одеського національного університету. – 2011. – Том. 16. – Випуск 10. – С. 263-271.

242. Кібальник О. Я. Зміст фітнес-технології для підвищення рухової активності підлітків / О. Я. Кібальник // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2009. – № 2. – С. 42–46.

243. Кічук Н. В. Компетентнісний підхід у вищій технічній школі: проблеми застосування / Н. В. Кічук // Педагогічна наука: історія, теорія, практика, тенденції розвитку. – 2010. – Вип. 2. – С. 485-488.

244. Клопов Р. В. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту із застосуванням інформаційних технологій: теорія і практика : [монографія] / Р. В. Клопов ; за ред. С. О. Сисоевої. – Запоріжжя : Вид-во Запорізького нац. ун-ту, 2010. – 386 с.

245. Князьська В. В. Основні дефініції досліджених проблем професійної підготовки майбутніх фахівців у галузі перукарського мистецтва / В. В. Князьська // Педагогічний процес. – 2008. – Вип. 1. – С. 98-106.

246. Коберник О. Проективна педагогіка і національна школа / О. Коберник // Шлях освіти. – 2000. – №1. – С.7-9.

247. Коваленко В. О. Психологічна компетентність фітнес-тренера [Електронний ресурс] / В. О. Коваленко, О. А. Сорокіна // Наукові здобутки студентів Інституту людини Київського університету імені Бориса Грінченка. – 2017. – №1 (7). – Режим доступу: <http://studscientist.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/view/118/167>.

248. Коваль Т. І. Підготовка викладачів вищої школи: інформаційні технології у педагогічній діяльності: навч.-метод. посібник / Т. І. Коваль, С. О. Сисоєва, Л. П. Сущенко. – К. : Вид. центр КНЛУ, 2009. – 380 с.

249. Ковальчук М. О. Особливості створення навчального мультимедійного курсу [Електронний ресурс] / М. О. Ковальчук // Молодий вчений. – вересень 2015. – № 9 (24). – Част. 1. – С. 156-159. – Режим доступу: <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2015/9/35.pdf>.

250. Коқун О. М. Збірник методик діагностики лідерських якостей курсантського, сержантського та офіцерського складу : метод. посібник / [О. М. Коқун, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська та ін.]. – К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2012. – 433 с.

251. Колесникова И. А. О феномене педагогического мастерства / И. А. Колесникова // Интегрированные основы педагогического мастерства : сб. материалов межвузов. и науч.-практ. конф. – СПб. : Каро, 1996. – 87 с.

252. Колкер Я. М. Речевые способности: как их формировать? / Я. М. Колкер, Е. С. Устинова // Воспитание в школе. – 2010. – № 4 – С. 30–33.

253. Колледж бодибилдинга и фитнеса им. Б. Вейдера [Електронний ресурс]. – Режим доступа : <http://www.cbb.ru/index>.

254. Комплекс нормативних документів для розроблення складових системи галузевих стандартів вищої освіти / за заг. ред. В. Д. Шинкарука. [укладачі: Я. Я. Болюбаш, В. Л. Гуло, Л. О. Котоловець, Н. І. Тимошенко]. – К. : МОН України, ІТІЗО, 2008. – 69 с.

255. Кондрашова Л. В. Методика подготовки будущего учителя к педагогическому взаимодействию с учащимися : учеб. пособие для студ. пединститутов / Л. В. Кондрашова. – М., 1990. – 784 с.

256. Коновалова В. Б. Деякі аспекти системи професійної підготовки фахівця – викладача вищого навчального закладу /

В. Б. Коновалова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х., 2001. – № 27. – С. 38–42.

257. Корносенко О. Освітньо-педагогічна технологія професійної підготовки фахівців фізичної культури / О. Корносенко // Теорія і практика управління соціальними системами. – 2009. – № 2. – С. 67-72.

258. Корносенко О. К. Організаційно-методичні аспекти підготовки майбутнього фітнес-тренера / О. К. Корносенко // Витоки педагогічної майстерності : зб. наук. праць / Полтавський національний педагогічний університет ім. В. Г. Короленко, 2016. – Вип. 18. – С. 153-160.

259. Корносенко О. К. Специфіка й функції професійної діяльності фітнес-тренера / О. К. Корносенко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2015. – Вип. 129 (2). – С. 174-175.

260. Корносенко О. К. Упровадження крокового тренажера-симулятора у процес професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури [Електронний ресурс] / О. К. Корносенко, О. В. Даниско // Інформаційні технології і засоби навчання. – 2017. – Т. 58, вип. 2. – С. 98-107. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ITZN_2017_58_2_12.

261. Король А. Н. Услуги: определение и классификация [Електронний ресурс] / А. Н. Король, С. А. Хлынов // Электронное научное издание «Ученые заметки ТОГУ». – 2014. – Том 5. – № 4. – С. 1323-1328. – Режим доступу: http://pnu.edu.ru/media/ejournal/articles-2014/TGU_5_357.pdf.

262. Коротков Э. М. Исследование систем управления / Э. М. Коротков. – М. : ООО Изд.-консалт. предприятие «Дека», 2003. – 336 с.

263. Корх А. Я. Тренер: деятельность и личность : учебное пособие / А. Я. Корх. – М. : Terra-Спорт, 2000. – 120 с.

264. Корх-Черба О. В. Основні напрями реалізації системного підходу у професійній діяльності майбутнього фітнес-тренера / О. В. Корх-Черба // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2015. – Вип. 3К1 (56). – С. 192-195.

265. Котова Е. В. К вопросу о современном состоянии профессиональной подготовки учителя физической культуры / Е. В. Котова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наукова монографія ; за ред. С. С. Єрмакова. – Х. : ХДАДМ (ХХП), 2007. – № 6. – С. 161-165.

266. Кочерова М. В. Сущность, цель и задачи подготовки студентов к развитию социальной активности младших школьников / М. В. Кочерова // Известия Рос. гос. пед. у-та им. А. И. Герцена, 2008. – № 74-2. – С. 147-152.

267. Кошелева Н. Г. Методологічні засади професійної освіти : навч. посібник для студ. денної та заоч. форм навч. інж.-пед. спец. / Н. Г. Кошелева ; ННППІ Укр. інж.-пед. акад. – Артемівськ : [Б. в.], 2015. – 125 с.

268. Кошечко Н. В. Інноваційні освітні технології навчання та викладання у вищій школі / Н. В. Кошечко // Педагогіка. – 2015. – № 1 (1). – С. 35-38.

269. Кошечко Н. В. Методика викладання у вищій школі: навч. Посібник / Н. В. Кошечко. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2013. – 115 с.

270. Краевский В. В. Методологические основы построения теории содержания общего среднего образования и ее основные проблемы / В. В. Краевский // Теоретические основы содержания общего среднего

образования : под ред. В. В. Краевского, И. Я. Лернера. – М. : Педагогика, 1983. – С. 40-59.

271. Кремень В. Г. Компетентісний принцип освіти: «навчитися жити разом» / В. Г. Кремень, В. М. Ткаченко // Розвиток сучасної освіти: освітологічні наголоси ; за мат. I Всеукр. наук.-практ. конференції «Освітологія – науковий напрям інтегрованого пізнання освіти» ; [авт. кол.: В. Г. Кремень, О. В. Сухомлинська, І. Д. Бех та ін.]. – К. : КУ ім. Б. Гринченка, 2011. – С. 4-32.

272. Кремень В. Г. Якісна освіта як вимога ХХІ століття / В. Г. Кремень // Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти. – 2007. – Вип. 15-16 (19-20). – С. 3-10.

273. Кричевский В. Ю. Профессиограмма директора школы. Проблемы повышения квалификации руководителей школ / В. Ю. Кричевский. – М. : Педагогика, 1987. – 478 с.

274. Круглова Т. Э. К вопросу о роли преподавателя в системе высшего профессионального образования / Т. Э. Круглова // Вестник Балтийской педагогической академии. – Вып. 74. – 2007. – С. 88-92.

275. Круглова Т. Э. Подготовка специалистов для сферы фитнес-услуг / Т. Э. Круглова, С. И. Смирнов // Традиции и инновации российского высшего образования в сфере физической культуры: опыт транскультурного ориентирования : монография / Нац. гос. ун-т физ. культур, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта ; под ред. Е.В. Утишевой, Н.Г. Закревской. – СПб. : Изд-во «Стратегия будущего». – С. 218-224.

276. Круцевич Т. Інноваційні процеси у сфері підготовки та перепідготовки кадрів з фізичної культури / Т. Круцевич, М. Зайцева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 4. – С. 41-44.

277. Круцевич Т. Ю. Ретроспектива підготовки кадрів з рекреації / Т. Ю. Круцевич, О. В. Андреева, О. Л. Благій // Спорт. медицина. – 2009. – № 1-2. – С. 3-7.

278. Крушельницька Я. В. Фізіологія і психологія праці : підручник / Я. В. Крушельницька. – К. : КНЕУ, 2003. – 367 с.

279. Крылова А. Н. Особенности образовательной деятельности высших учебных заведений и их влияние на управленческий учет затрат / А. Н. Крылова // Проблемы и перспективы экономики и управления : материалы междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, апрель 2012 г.). – СПб. : Реноме, 2012. – С. 133-142.

280. Крысин Л. П. Современный словарь иностранных слов / Л. П. Крысин. – М. : АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2012. – 416 с.

281. Крысько В. Словарь-справочник по социальной психологии / В. Крысько. – СПб. : «Питер», 2003 – 416 с.

282. Кудря М. М. Педагогічні засади збереження національної ідентичності вищої освіти України в контексті глобалізації : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Микола Миклайович Кудря. – Житомир, 2012. – 193 с.

283. Кузьмина Н. В. Акмеологическая концепция развития профессиональной компетентности в вузе : монография / Н. В. Кузьмина, В. Н. Софьина. – СПб. : Центр стратегических исследований, 2012. – 200 с.

284. Кузьмина Н. В. Акмеология качества профессиональной деятельности специалиста : монография / Н. В. Кузьмина, С. Д. Пожарский, Л. Е. Паутова. – СПб : Колумна; Рязань, 2008. – 327 с.

285. Кузьмина Н. В. Критерии оценки педагогических систем деятельности педагогов и учащихся. Методы системного педагогического исследования / Н. В. Кузьмина. – Л. : Изд-во ЛГУ, 1980. – С. 19-27.

286. Кузьмина Н. В. Методы системного педагогического исследования : учеб. пособие / Н. В. Кузьмина, Е. А. Григорьева, В. А. Якунин. – Л., 1980. – 172 с.

287. Кузьмина Н. В. Предмет акмеологии / Н. В. Кузьмина. – СПб. : Политехника, 2002. – 189 с.
288. Кузьмина Н. В. Профессионализм деятельности преподавателя и мастера производственного обучения профтехучилища / Н. В. Кузьмина. – М. : Высш. шк., 1989. – 167 с.
289. Кулакова М. В. Формування готовності до професійної діяльності в майбутніх фахівців у вищих морських навчальних закладах : дис... канд. пед. наук : 13.00.04 / Кулакова Майя Володимирівна; Південноукраїнський держ. педагогічний ун-т ім. К.Д. Ушинського. – О., 2006. – 225 с.
290. Курамшин Ю. Ф. Теория и методика физической культуры / Ю. Ф. Курамшин. – 3-е изд. – М. : Советский спорт, 2010. – 464 с.
291. Курлянд З.Н. Педагогіка вищої школи/ / З.Н. Курлянд. – К.: Знання, 2007. – 399 с.
292. Лаврухина Г. М. Основные направления инновационной деятельности в рамках фізкультурного образования как социальной проблемы / Г. М. Лаврухина // Теория и практика управления образованием и учебным процессом: педагогические, социальные и психологические проблемы [сб. науч. трудов]. – СПб. : БПА, 2007. – Вып. 74. – С. 88-120.
293. Левицкий В. В. Анализ путей совершенствования специалистов по фитнесу / В. В. Левицкий // Олімпійський спорт і спорт для всіх: тези доп. ІХ Міжднар. наук. конгресу. – К., 2005. – С. 913.
294. Левицкий В. В. Кадровое обеспечение сферы оздоровительного фитнеса в зарубежных странах / В. В. Левицкий // Наука в олимпийском спорте. – 2011.– № 3. – С. 72-84.
295. Левицкий В. В. Методология подготовки специалистов по оздоровительной физической культуре / В. В. Левицкий // Наука в олимп. спорте. – 2000. – [спец. вып.]– С. 84-93.

296. Левицький В. Організація професійного навчання фахівців з оздоровчого фітнесу / В. Левицький // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 2. – С. 169.

297. Левченкова Т. В. Структура и содержание педагогической компетентности специалистов в области детского фитнеса / *Pedagogical Journal*, 2017. – Vol. 7. (3A). – С. 231-241.

298. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – 2-е изд. – М. : Политиздат, 1977. – 304 с.

299. Леонтьев Д. А. Методика изучения ценностных ориентации / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1992. – 17 с.

300. Леонтьев Д. А. Самоактуализация как... Ответы критику, самокритика и эволюция воззрений Маслоу [Электронный ресурс] / Д. А. Леонтьев. *Psychology online.net*, 2008. – Режим доступа: <http://www.psychology-online.net/articles/doc-973.html>.

301. Лернер И. Я. Дидактические основы методов обучения / И. Я. Лернер. – М. : Педагогика, 1981. – 186 с.

302. Лисицкая Т. С. Аэробика. Теория и методика : [в 2 т.] / Т. С. Лисицкая, Л. В. Сиднева. – М. : Федерация аэробики России, 2002. – Т. 1. – 232 с.

303. Лисицкая Т. С. Система подготовки специалистов по аэробике / Т. С. Лисицкая, А. В. Кувшинникова // Теория и практика физической культуры. 2003. – № 12. – С. 34-38.

304. Литвинова К. В. Психологические условия развития профессионально значимых лидерских качеств аспирантов – будущих преподавателей вуза : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Кристина Владимировна Литвинова. – Ставрополь, 2014. – 251 с.

305. Лихачев Б. Г. Педагогика / Б. Г. Лихачев. – М., 1992. – 464 с.

306. Ллянной Ю. О. Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх магістрів з фізичної реабілітації у вищих

навчальних закладах : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». – Київ, 2017. – 44 с.

307. Лубышева Л. И. Инновационные технологии в профессиональной подготовке спортивного педагога / Л. И. Лубышева, В. А. Магин. – М. : Теория и практика физической культуры, 2005. – 191 с.

308. Луговая О. М. Педагогические условия формирования профессиональной готовности специалистов по социальной работе с военнослужащими и членами их семей (на материалах Ставропольского края) : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Луговая Ольга Михайловна; Ставроп. гос. ун-т, 2004. – 192 с.

309. Луговий В. І. Європейська концепція компетентнісного підходу у вищій школі та проблеми її реалізації в Україні / В. І. Луговий // Педагогіка і психологія. – 2009. – № 2. – С. 13-25.

310. Луговий В. І. Модернізація вищої освіти України в контексті Болонського процесу: проблеми сьогодення / В. І. Луговий // Педагогічна і психологічна науки в Україні : зб. наук. праць до 15-річчя АПН України [у 5 т.]. – К. : Педагогічна думка, 2007. – Т. 4: Педагогіка і психологія вищої школи. – С. 18-28.

311. Маврина И. А. Проектирование системы критериальных оценок эффективности деятельности профессиональных объединений педагогов как субъектов развития образовательного учреждения / И. А. Маврина, А. А. Мотышева // Прикладная психология и психоанализ. – 2006. – № 4. – С. 46-57.

312. Магин В. А. Контекст модернизации высшего профессионального физкультурного образования / В. А. Магин // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 4. – С. 39-41.

313. Магин В. А. Модернизация высшего профессионального образования в области физической культуры : монография / В. А. Магин. – М. : Илекса, 2006. – 340 с.

314. Майерс Д. Социальная психология / Д. Майерс. СПб. : Питер, 2011. – 800 с.

315. Макаренко В. Критерії сформованості фахових компетентностей майбутніх лікарів у процесі природничо-наукової підготовки / В. Макаренко // Витоки педагогічної майстерності. – 2016. – Вип. 18. – С. 188-194.

316. Макарова О. Ю. Критерии и показатели оценки эффективности функционирования воспитательной системы вуза / О. Ю. Макарова // Fundamental research. – 2013. – № 1. – С. 348-351.

317. Максимова В. Н. Акмеология: новое качество образования / В. Н. Максимова // Завуч. – 2004. – № 3. – С. 2-23.

318. Мала Т. В. Професійна компетентність, як ключове поняття в процесі підготовки майбутніх фахівців з книжкового дизайну / Т. В. Мала // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки. – 2013. – № 10 (2). – С. 97-105.

319. Малхазов О. Р. Психологія праці : навч. посіб. / О. Р. Малхазов. – К. : Центр учбової літератури, 2010. – 208 с.

320. Малышева М. А. Современные технологии обучения и их роль в образовательном процессе / М. А. Малышева // Современные технологии обучения в вузе (опыт НИУ ВШЭ в Санкт-Петербурге) : метод. пособие. под ред. М. А. Малышевой. – СПб. : Отдел оперативной полиграфии НИУ ВШЭ, 2011. – 134 с.

321. Маркелов В. И. Взаимосвязь показателей самоактуализации и индивидуально-личностных свойств у студентов : автореф. дис. на соискание учен. степ. канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Общая психология,

психология личности, история психологии» / В. И. Маркелов. – М., 2013. – 23 с.

322. Марков К. К. Тренер – педагог и психолог : монография / К. К. Марков, О. О. Николаева. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2013. – 248 с.

323. Маркова А. К. Психологический анализ профессиональной компетентности учителя / А. К. Маркова // Советская педагогика. – 1990. – № 8. – С. 82-88.

324. Маркова А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – М. : Международный гуманитарный фонд “Знание”, 1996. – 312 с.

325. Матушанский Г. Модели подготовки и профессиональной деятельности специалиста / Г. Матушанский, А. Фролов // Высшее образование в России. – 2003. – № 4. – С. 92-95.

326. Матяш Н. В. Самовоспитание профессиональной компетентности будущего учителя : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика» / Н.В. Матяш. – БГПИ, Брянск, 1994. – 15 с.

327. Международный симпозиум «Историческое профессиональное: профессии и труд в российской истории», (Москва, 16 окт. 2006 г.) / МГУ, 2006 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://occupations.asu.ru/prof_in_hist.php.

328. Менхин А. В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика : учеб. пособие / А. В. Менхин. – М. : Физическая культура, 2007. – 160 с.

329. Методичні рекомендації з розроблення складових галузевих стандартів вищої освіти (компетентнісний підхід) ; [укладачі: В. Л. Гуло, К. М. Левківський, Л. О. Котоловець та ін.]. – Київ, 2013. – 86 с.

330. Мижериков В. А. Психолого-педагогічний словник / В. А. Мижериков ; под ред. П. И. Пидкасистого. – Рн/Д., 1998. – С. 40-41.

331. Милова Ю. В. Профессионально важные качества фитнес-инструкторов и их успешность / Ю. В. Милова, Т. В. Вольф // Научный альманах. Психологические науки. – 2016. – № 6-1 (20). С. 566-569. DOI: 10.17117/na.2016.06.01.566.

332. Минияров В. М. Характеристика компонентов, составляющих педагогическую готовность будущих специалистов технического профиля к профессиональной педагогической деятельности [Электронный ресурс] / В. М. Минияров, Л. М. Бубнова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2015. – № 11-1. – С. 98-101. – Режим доступа: <https://www.applied-research.ru/ru/article/view?id=7681>.

333. Мирошников А. Б. Диалектиктический подход в профессиональной деятельности персонального фитнес-тренера / А. Б. Мирошников, П. В. Нестеров // Современность как предмет исследования : материалы III республ. с междунар. участием науч. конф., 19-20 марта 2010 г. – Малаховка, 2010. – С. 34-42.

334. Мишуненкова О. В. Взаимосвязь теоретической и практической подготовки бакалавров по направлению «туризм и рекреация» в республике Польша: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Мишуненкова Ольга Владимировна. – Москва, 2014. – 187 с.

335. Мічуда Ю. П. Проблеми розвитку економіки фізическої культури і спорту в умовах формуючогося ринку / Ю. П. Мічуда // Наука і спорт: Сучасні тенденції. – 2013. – № 1 (1). – С. 48-56.

336. Мудрик А. В. Учитель: мастерство и вдохновение / А. В. Мудрик. – М. : Просвещение, 2006. – 160 с.

337. Музичук О. М. Сутність професійної підготовки персоналу ОВС / О. М. Музичук // Форум права. – 2007. – № 1. – С. 125-130.

338. Муравьев Г. В. Методологические подходы исследования проблемы профессиональной направленности курсантов морского вуза / Г. В. Муравьев // Аспекты и тенденции педагогической науки: материалы

I Междунар. науч. конф. (Санкт-Петербург, декабрь 2016 г.). – СПб. : Свое издательство, 2016. – С. 191-196.

339. Нагірний Ю. П. Фахова підготовка інженерів: діяльнісний підхід / Ю. П. Нагірний. – Львів : ІНВП «Електрон», 1999. – 310 с.

340. Назаренко Л. Д. Моделирование профессиональной подготовки тренера по спортивной аэробике / Л. Д. Назаренко, Н. В. Гущина // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 7. – С. 15-18.

341. Назарова Т. С. Педагогические технологии: новый этап эволюции / Т. С. Назарова // Педагогика. – 1997. – № 3. – С. 20-27.

342. Наказ Міністерства праці та соціальної політики № 336 від 29.12.2004 р. «Про затвердження Випуску 1 «Професії працівників, що є загальними для всіх видів економічної діяльності» Довідника кваліфікаційних характеристик професій працівників» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.uazakon.com/big/text15/pg1.htm>.

343. Наказ МОН № 665 від 01.06.13 р. «Про затвердження кваліфікаційних характеристик професій (посад) педагогічних та науково-педагогічних працівників навчальних закладів» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://osvita.ua/legislation/other/37302/>.

344. Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lesgaft.spb.ru/>.

345. Национальный стандарт Российской Федерации ГОСТР 56644–2015 «Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования». – Офич. изд. – М. : Стандартинформ, 2015. – 12 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://allgosts.ru/03/080/gost_r_56644-2015.pdf.

346. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [Указ Президента України №42/2016 від

09.02.2016 р.] [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016/print1465286153060829>.

347. Національний класифікатор України ДК 003:2010 (із змінами, затвердженими наказом Міністерства економічного розвитку і торгівлі України № 923 від 16 серпня 2012 р.) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.hrliga.com/index.php?module=norm_base.

348. Національний освітній глосарій: вища освіта / авт.-уклад. : І. І. Бабин, Я. Я. Болюбаш, А. А. Гармаш й ін. ; за ред. Д. В. Табачника і В. Г. Кременя. – К. : ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2011. – 100 с.

349. Ничкало Н. Г. Неперервна професійна освіта: міжнародний аспект / Н. Г. Ничкало // Матеріали Міжнар. наук. конф. «Творча особистість у системі неперервної професійної освіти» ; за ред. С. О. Сисоєвої, О. Г. Романовського. – Харків : ХДПУ, 2000. – С. 54-80.

350. Ніколаєв Є. Реформа вищої освіти України: реалізація профільного закону в 2014–2016 рр. (Shadow Report) [Електронний ресурс] / Є. Ніколаєв, О. Длугопольський. – Режим доступу: <http://parlament.org.ua/wp-content/uploads/2016/12/HE-shadow-report-final.pdf>.

351. Новейший словарь иностранных слов и выражений. – М. : ООО «АСТ», 2002. – 976 с.

352. Новий тлумачний словник української мови [укладач В. В. Яременко, О. М. Сліпушко]. – К. : Вид-во «Аконіт», 2001. – Том 2. Ж-О. – 911 с.

353. Новик И. Б. О философских вопросах кибернетического моделирования / И. Б. Новик. – М. : Знание, 1964. – 293 с.

354. Новиков А. М. Докторская диссертация : пособие для докторантов и соискателей учен. степени д-ра наук . – 3-е изд. – М. : Издательство «Эгвес», 2003. – 120 с.

355. Овчарук О. В. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: Світовий досвід та українські перспективи / за заг. ред. О. В. Овчарук. – К. : К.І.С., 2004. – 112 с.

356. Огаренко В. М. Соціологія праці / В. М. Огаренко, Ж. Д. Малахова. – К. : Центр навч. л-ри, 2005. – 304 с.

357. Огнев'юк В. О. Освіта в системі цінностей сталого людського розвитку (світоглядно-методологічний аспект) : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра філос. наук : 09.00.03 / В. О. Огнев'юк. – К., 2003. – 36 с.

358. Ожегов С. И. Толковый словарь русского языка / С. И. Ожегов. – М. : Гос. изд-во иностр. и нац. словарей, 1960. – 900 с.

359. Озеров В. П. Диагностика и формирование познавательных способностей / В. П. Озеров, О. В. Соловьева. – Ставрополь : Сервисшкола, 1999. – 112 с.

360. Оляяр М. Закономірності та принципи процесу формування комунікативно-стратегічної компетентності майбутніх учителів початкових класів / М. Оляяр // Гірська школа українських карпат. – 2015. – № 12-13. – С. 215-219.

361. Орловська О. В. Професійно-педагогічна компетентність вчителя / О. В. Орловська // Педагогічний дискурс. – 2012. – Вип. 11. – С. 207-209.

362. Ортинський В. Л. Педагогіка вищої школи : навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / В. Л. Ортинський. – К. : Центр учбової літератури, 2009. – 472 с.

363. Осадча Т. Ю. Професійна підготовка викладачів фізичного виховання в університетах США : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Т. Ю. Осадча; Луганський національний педагогічний університет ім. Т. Шевченка. – Луганськ, 2005. – 20 с.

364. Основы персональной тренировки / под ред. Р. В. Эрла, Т. Р. Бехля ; пер. с англ. И. Андреев. – К. : Олимп. лит., 2012. – 724 с.

365. Осыченко М. В. Фитнес как главный компонент формирования здорового образа жизни студенческой молодежи / М. В. Осыченко // Вестник АПК Ставрополя. – 2012.– № 4. – С. 14-17.

366. Павлік О. Б. Професійно-педагогічна підготовка майбутніх перекладачів до використання офіційно-ділового мовлення 2004 року : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / О. Б. Повлик; Національна академія державної прикордонної служби України ім. Б. Хмельницького. – Хмельницький, 2004. – 20 с.

367. Павлюк Є. О. Теоретичні і методичні засади професійного становлення майбутніх тренерів-викладачів у процесі фахової підготовки : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Є. О. Павлюк. – Хмельницький, 2017. – 629 с.

368. Панина Т. С. Современные способы активизации обучения : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Т. С. Панина, Л. Н. Вавилова; под ред. Т. С. Паниной. – [4-е изд., стер.] – М. : Издательский центр «Академия», 2008. – 176 с.

369. Педагогическая энциклопедия в 4-х т. / ред. И. А. Каиров, Ф. Н. Петров. – М. : Сов. энциклоп., 1968. – 876 с.

370. Педагогический энциклопедический словарь / М. М. Безрукова, В. А. Болотов, Л. С. Глебова и др.; под ред. Б. М. Бим-Бад. – М. : Большая Российская энциклопедия, 2003. – 528 с.

371. Петренко Л. М. Організація самостійної навчальної діяльності студентів: [курс лекцій] / Л. М. Петренко. – Ірпінь: Національний університет ДПС України, 2007. – 140 с.

372. Петренко Н. В. Самоактуалізація та самореалізація особистості у філософсько-освітньому дискурсі / Н. В. Петренко // Науково-

теоретичний і громадсько-політичний альманах «ГРАНІ». – липень 2016. – № 7 (135). – С. 52-57. Doi:10.15421/171633.

373. Пищик В. И. Типология ментальности советских и постсоветских поколений / В. Т. Пищик // Российский психологический журнал. – 2010. – № 3 (7). – С. 18-23.

374. Платонов В. М. Фізична підготовка спортсмена / В. М. Платонов, М. М. Булатова. – К. : Олімпійська література, 1995. – 320 с.

375. Платонов В. Н. Актуальные проблемы высшей школы и пути перестройки физкультурного образования / В. Н. Платонов // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 4. – С. 5-10.

376. Побірченко Н. С. Компетентнісний підхід у вищій школі: теоретичний аспект [Електронний ресурс] / Н. С. Побірченко // Освіта та педагогічна наука. – 2012. – № 3. – С. 24-31. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/OsDon_2012_3_5.

377. Позитивная психология менеджмента : монография / [Р. А. Березовская, М. М. Борисова, Л. А. Верещагина и др.] ; под ред. Г. С. Никифорова. – М. : Проспект, 2017. – 319 с.

378. Полковникова Т. А. Портфолио как образовательная технология: из опыта работы / Т. А. Полковникова // Современные технологии обучения в вузе (опыт НИУ ВШЭ в Санкт-Петербурге) : метод. пособие. – СПб. : Отдел оперативной полиграфии НИУ ВШЭ, 2011. – С. 123-133.

379. Пономарьов В. О. Формування професійно-педагогічної компетентності майбутнього тренера з атлетичної гімнастики у процесі фахової підготовки : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / В. О. Пономарьов. – Запоріжжя, 2010. – 20 с.

380. Пономарьов О. С. Модель спеціаліста як джерело вибору та обґрунтування змісту професійної освіти : текст лекції / О. С. Пономарьов. – Харків : НТУ «ХП», 2006. – С. 10.

381. Попова (Смолик) С. Ю. Кейс-стади: принципы создания и использования / С. Ю. Попова (Смолик), Е. В. Пронина. – Тверь : Изд-во «СКФ-офис», 2015. – 114 с. Серия «Технологии работы с молодежью».

382. Потанина О. В. Когнитивная компетенция будущего инженера: сущность, структура, содержание / О. В. Потанина // Вестник Башкирского университета, 2009. – № 1 (14). – С. 298-301.

383. Приступа Є. Сучасний стан підготовки кадрів для сфери оздоровчого фітнесу / Є. Приступа, Ф. Музика // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. – 2017. – Вип. 7 (89). – С. 19-22.

384. Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року : Постанова Кабінету Міністрів України № 115 від 1 березня 2017 р. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/249793397>.

385. Професійна освіта: словник : [навч. посіб.] / за ред. Н. Г. Ничкало. – К. : Вища школа, 2000. – 380 с.

386. Проценко У. М. Фахівець з фізичної культури: сутнісні характеристики / У. М. Проценко // Педагогічний альманах. – 2014. – Вип. 21. – С. 194-200.

387. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности : учеб. пособие / С. А. Боровикова, Т. П. Водолазская, М. А. Дмитриева, Л. Н. Корнеева ; под ред. Г. С. Никифорова. – СПб : Изд-во СПбГУ, 1991. – 152 с.

388. Психолого-педагогический словарь / сост. Е. С. Рапацевич. – Минск: Современное слово, 2006. – 928 с.

389. Пятницька Д. В. Аналіз форм організації навчального процесу майбутніх фітнес-тренерів / Д. В. Пятницька // Педагогіка формування

творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. – 2016. – Вип. 47. – С. 322-328.

390. Разуванов В. М. Совершенствование физкультурного образования на основе реализации современных тенденций развития высшей школы : автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / В. М. Разуванов; РГБ. – Минск, 2004. – 23 с.

391. Райзберг Б. А. Современный экономический словарь / Б. А. Райзберг, Л. Ш. Лозовский, Е. Б. Стародубцева : [5-е изд.]. – М. : ИНФРА-М, 2007. – 495 с.

392. Рапацевич Е. С. Педагогика: Большая современная энциклопедия / Е. С. Рапацевич. – Минск : Современное слово, 2005. – 719 с.

393. Рашкевич Ю. М. Болонський процес та нова парадигма вищої освіти : монографія / Ю. М. Рашкевич . – Львів : Львівська політехніка, 2014. – 168 с.

394. Рекомендації Європейського Парламенту та Ради Європи від 23 квітня 2008 р. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: zakon.rada.gov.ua/laws/show/994_988.

395. Ретивых М. В. Инновационные технологии обучения в вузе: концептуальные основы, педагогические средства, формы и виды / М. В. Ретивых // Вестник Брянского государственного университета. – Брянск : Из-во Брянского гос. ун-та им. академика И. Г. Петровского. 2015 – С. 61-65.

396. Реутова Е. А. Применение активных и интерактивных методов обучения в образовательном процессе вуза : метод. рекоменд. для препод. Новосибирского ГАУ / Е. А. Реутова. – Новосибирск : Изд-во НГАУ, 2012. – 58 с.

397. Рогова Е. М. Особенности организации процесса обучения на основе кейс-метода / Е. М. Рогова // Современные технологии обучения в вузе (опыт НИУ ВШЭ в Санкт-Петербурге) : метод. пособие. – СПб. : Отдел оперативной полиграфии НИУ ВШЭ, 2011. – С. 25-44.

398. Рожков П. А. Развитие физической культуры и спорта – приоритетное направление социальной политики государства / П. А. Рожков // Теория и практика физ. культуры. – 2002. – № 1. – С. 2-8.

399. Розроблення освітніх програм. Методичні рекомендації / [В. М. Захарченко, В. І. Луговий, Ю. М. Рашкевич, Ж. В. Таланова / за ред. В. Г. Кременя. – К. : ДП «НВЦ «Пріоритети», 2014. – 120 с.

400. Росенко С. І. Спортивно-оздоровительные услуги: своеобразие в контексте сервисной деятельности / С. І. Росенко, В. Г. Велединский // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 12 (118). – С. 181-186.

401. Ростова В. А. Оздоровительная аэробика / В. А. Ростова, М. О. Ступкина. – М. : Физкультура и спорт, 2003. – 156 с.

402. Рубин Б. Студент глазами социологов / Б. Рубин, Ю. Колесников. – Ростов, 1968. – с. 38.

403. Рудестам К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – 2-е межд. изд. – СПб. : Питер, 2006. – 384 с.

404. Рудик П. А. Психология воли спортсмена / П. А. Рудик. – М., 1989. – С. 25.

405. Руднева Л. В. Дополнительные образовательные программы на факультете физической культуры: опыт и перспективы / Л. В. Руднева, С. А. Шепеленко, А. Ю. Фролов // Проектирование и реализация образовательного процесса на основе ФГОС ВО : сб. матер. XLIII учеб.-метод. конф. проф.-препод. состава, аспирантов, магистрантов, соискателей ТГПУ им. Л. Н. Толстого. – Тула: Изд-во ТГПУ им. Л. Н. Толстого, 2016. – С. 311-314.

406. Русаков Ю. Т. Развивающая образовательная среда колледжа как фактор формирования готовности студентов к профессиональной деятельности : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Ю. Т. Русаков. – Магнитогорск, 2006. – 40 с.

407. Рутин Ю. В. Професійна самоактуалізація особистості / Ю. В. Рутин // Актуальні проблеми психології. – 2016. – Том I: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. – Випуск 45. – 162 с.

408. Рыбковский А. Г. Организация управления в спортивной тренировке [Электронный ресурс] / А. Г. Рыбковский, А. О. Светова. – Донецк : Друк-Инфо, 2007. – 418 с. – Вип. 1. – С. 119-131. – Режим доступа: www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?.

409. Рыжаков М. В. Ключевые компетенции в стандарте образования: возможности реализации / М. В. Рыжаков // Стандарты и мониторинг. – 1999. – № 4. – С. 20-23.

410. Рябчиков М. Л. Проблематика аналізу практичної ефективності впровадження інформаційно-комунікаційних навчальних технологій / М. Л.Рябчиков, Д. В. Борисенко // Проблеми інженерно-педагогічної освіти. –2013. – № 40-41. – С. 151-155.

411. Савенков А. И. Содержание и организация исследовательского обучения школьников / А. И. Савенков. – М. : Сентябрь, 2003. – 204 с.

412. Савинов Д. В. Веревоочный курс: от простого к сложному / Д. В. Савинов, Т. С. Фоменко, С. В. Иванов, Е. Ю. Щур. – К. : Факт, 2007. – 176 с.

413. Сайкина Е. Г. Актуализация профессиональной подготовки специалистов по фитнесу в высших учебных заведениях в условиях новых образовательных стандартов [Электронный ресурс] / Е. Г. Сайкина, Ю. В. Смирнова // Современные проблемы науки и образования. – 2015. –

№ 3. – Режим доступу: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=17499>
(дата обращения: 02.08.2016).

414. Сайкина Е. Г. Концептуальные основы подготовки специалистов по фитнесу в современных социокультурных условиях : монография / Е. Г. Сайкина. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2007. – 393 с.

415. Сайкина Е. Г. Обоснование подготовки специалистов по фитнесу в высших учебных заведения / Е. Г. Сайкина // Актуальные проблемы развития фитнеса в России : сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2009. – С. 16-23.

416. Сайкина Е. Г. Условия успешного функционирования системы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры при подготовке специалистов по детскому фитнесу [Электронный ресурс] / Е. Г. Сайкина, Ю. Я. Лобанов, Ю. В. Смирнова // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 6. – Режим доступу: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=27134>.

417. Сайкина Е. Г. Фитнес в системе дошкольного и школьного физкультурного образования : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Елена Григорьевна Сайкина. – СПб., 2009. – 580 с.

418. Сатикова С. В. Технология проведения круглого стола по теме «Организационная культура как мультидисциплинарный объект изучения» / С. В. Сатикова // Современные технологии обучения в вузе (опыт НИУ ВШЭ в Санкт-Петербурге) : метод. пособие. – СПб. : Отдел оперативной полиграфии НИУ ВШЭ, 2011. – С. 110-123.

419. Святьев А. В. Теоретические аспекты подготовки будущих специалистов физического воспитания и спорта к профессиональной деятельности в высших учебных заведениях / А. В. Святьев, Л. В. Бескорвайная // Вісник Запорізького національного університету. – 2009. – № 1. – С. 108-113.

420. Сватъєв А. В. Особливості підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту до професійної діяльності у вищих навчальних закладах / А. В. Сватъєв // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. – 2014. – Вип. 35 (88). – С. 519-525.

421. Сватъєв А. В. Особливості теоретичної підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності / А. В. Сватъєв // Наукові записки Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія: Педагогічні та історичні науки. – 2014. – Вип. 118. – С. 213-220.

422. Сватъєв А. В. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / А.В. Сватъєв. – Запоріжжя, 2013. – 571 с.

423. Свірщук Н. С. Спеціальна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-рекреаційної діяльності як пріоритетний напрям сучасної вищої освіти / Н. С. Свірщук, Т. В. Вознюк, А. І. Драчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2012. – № 2. – С. 80-85.

424. Свістельник І. Інноваційні процеси в інформаційній діяльності ВНЗ фізкультурного профілю / І. Свістельник // Молода спортивна наука України. – 2014. – Т. 4. – С. 132-135.

425. Свістельник І. Р. Вища фізкультурна освіта та її інформаційне забезпечення: 80-ті роки ХХ століття (повідомлення перше) / І. Р. Свістельник // Теорія та методика фізичного виховання. – 2010. – № 1. – С. 7-10.

426. Свістельник І. Р. Вища фізкультурна освіта: тенденції інформаційного розвитку / І. Р. Свістельник // Теорія і методика фізичного виховання. – 2007. – № 4. – С. 8-10.

427. Свістельник І. Р. Розвиток вищої фізкультурної освіти та її інформаційного забезпечення у 90-х роках ХХ століття / І. Р. Свістельник // Теорія і методика фізичного виховання. – 2011. – № 6. – С. 3-6.

428. Селевко Г. Компетентности и их классификация / Г. Селевко // Народное образование. – 2004. – № 4. – С. 138-143.

429. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии: учеб. пособие / Г. К. Селевко. – М. : Народное образование, 1998. – 256 с.

430. Селуянов В. Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре : [учеб. пособие для студ. вузов физ. культ.] / В. Н. Селуянов, М. П. Шестаков, И. П. Космина. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 184 с.

431. Семенов А. Г. Алгоритм исследования и развития вида спорта / А. Г. Семенов, М. В. Прохорова // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 11. – С. 16-18.

432. Семиченко В. А. Проблеми і пріоритети професійної підготовки / В. А. Семиченко // Педагогічний дискурс. – 2007. – № 1. – С. 119-127.

433. Семиченко В. А. Психологические основы профессиональной подготовки студентов вуза : учеб. пособие / В. А. Семиченко. – Полтава, 1989. – 86 с.

434. Семиченко В. А. Психологія педагогічної діяльності : навч. пос. / В. А. Семиченко. – К. : Вища школа, 2004. – 335 с.

435. Сенашенко В. С. Компетентностный подход в высшем образовании: миф и реальность / В. С. Сенашенко, Т. Б. Медникова / Прикладные исследования и разработки // Высшее образование в России. – 2014. – № 5. – С. 37-45.

436. Сергеева Т. Б. Словарь-справочник по философии для студентов лечебного, педиатрического и стоматологического факультетов / Т. Б. Сергеева. – Ставрополь : Изд-во СтГМА, 2009. – 161 с.

437. Сергійчук О. Педагогічні аспекти реалізації особистісно орієнтованого підходу в навчальному процесі ВНЗ [Електронний ресурс] / О. Сергійчук, А. Сембрат. – Режим доступу: http://library.udpu.org.ua/library_files/psuh_pedagog_probl_silsk_shkolu/48/6.pdf.

438. Сердюк О. П. Особистісно орієнтоване навчання. Вища школа. Концептуальна модель / О. П. Сердюк // Освіта. – 2003. – № 16. – С. 10.

439. Середенко П. В. Развитие исследовательских умений и навыков младших школьников в условиях перехода к образовательным стандартам нового поколения : монография / П. В. Серденко. – Южно-Сахалинск : Изд-во СахГУ, 2014. – 208 с.

440. Сериков В. В. Общая педагогика : [избранные лекции] / В. В. Сериков. – Волгоград : Перемена, 2004. – 114 с.

441. Сиднева Л. В. Формирование профессиональных знаний и умений проведения занятий по базовой аэробике у студентов высших физкультурных учебных заведений : автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. пед. наук / Л. В. Сиднева. – М., 2000. – 27 с.

442. Сингина Н. Ф. Особенности педагогической подготовки тренера в системе высшего физкультурного образования : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика профессионального образования» / Сингина Надежда Федоровна. – Москва, 1991. – 24 с.

443. Сисоєва С. О. Інтерактивні технології навчання дорослих : навч.-метод. посібник / С. О. Сисоєва; НАПН України, Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих. – К. : ВД «ЕКМО», 2011. – 324 с.

444. Сисоєва С. О. Педагогічні технології: коротка характеристика сутнісних ознак / С. О. Сисоєва // Педагогічний процес: теорія і практика : зб. наук. пр. – 2006. – Вип. 2. – С. 127–131.

445. Скаткин М. Н. Проблемы современной дидактики / М. Н. Скаткин. – 2е изд. – М. : Педагогика, 1984. – 96 с.

446. Скибицкий Э. Г. Методика профессионального обучения: учеб. пособие / Э. Г. Скибицкий, И. Э. Толстова, В. Г. Шефель. – Новосибирск : НГАУ, 2008. – 166 с.
447. Скотт П. Глобализация и университет / П. Скотт // ВВШ «Alma Mater». – 2000. – № 4. – С. 3-8.
448. Слостенин В. А. Доминанта деятельности / В. А. Слостенин // Народное образование. – 1998. – № 9. – С. 41-42.
449. Слостенин В. А. Педагогика : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / [В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов]; под ред. В. А. Слостенина. – М. : Изд. центр «Академия», 2002. – 576 с.
450. Слостенин В. А. Формирование личности учителя советской школы в процессе профессиональной подготовки / В. А. Слостенин. – М. : Просвещение, 1976. – 160 с.
451. Слобожанінов П. А. Теоретико-методологічні аспекти використання сучасних комп'ютерних програм у сфері оздоровчого фітнесу / П. А. Слобожанінов // The scientific heritage. – 2016. – № 7 (7). – С. 52-54.
452. Слобожанінов П. А. Формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Слобожанінов Павло Андрійович. – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова; Київ, 2017. – 288 с.
453. Словарь иностранных слов. – [18-е изд.]. – М. : Русский язык, 1989. – С. 247.
454. Словарь синонимов русского языка / под ред. Л. А. Чешко. – М. : Русский язык, 1986. – 600 с.
455. Словник української мови: в 11 томах. / [ред. колег. І. К. Білодід (голова) та ін.]. – К. : Наукова думка, 1970–1980. – Т. 4 – 1973. – С. 275.

456. Смирнов С. И. Организационно-педагогические факторы управления сферой фитнес- услуг : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / С. И. Смирнов. – Санкт-Петербург, 2013. – 191 с.

457. Смирнова Е. А. Пути формирования модели специалиста с высшим образованием / Е. А. Смирнова. – Л. : Изд-во Ленинград. ун-та, 1977. – 136 с.

458. Собянин Ф. И. О компетентности и профессиональном мастерстве специалистов в сфере физической культуры / Ф. И. Собянин, С. Г. Дудкіна // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 1. – С. 68-73.

459. Собянин Ф. И. Профессиональная подготовка учителей физической культуры на основе культурологического подхода : автореф. дис. на соискание учен. степени д-ра пед. наук : 13.00.04 / Собянин Федор Иванович. – СПб., 2002. – 53 с.

460. Современный словарь иностранных слов. – Около 20000 слов. – М. : Русский язык, 1993. – С. 295.

461. Современный экономический словарь [Электронный ресурс] / под ред. Б. А. Райзберга, Л. Ш. Лозовского, Е. Б. Стародубцева. – Москва : ИНФРА-М, 1999. – Режим доступу: <http://www.ebk.net.ua/Book/Ses/index.htm>.

462. Соловьева О. В. Психология лидерства : учеб. пособие / О. В. Соловьева. – Ставрополь : Изд-во СГУ, 2008. – 248 с.

463. Социология: Энциклопедия [Электронный ресурс] / [сост. А. А. Грицанов, В. Л. Абушенко, Г. М. Евелькин и др.]. – Мн.: Книжный Дом, 2003. – 1312 с. – Режим доступу: <http://slovari.yandex.ru/dict/sociology/>.

464. Спортленд [Электронный ресурс]. – Режим доступу: <http://sportlandclub.com.ua/ru/news/czentr-podgotovki-kadrov-fitness-industrii>.

465. Станкин М. И. Профессиональные способности педагога. Акмеология воспитания и обучения : кн. для учителей школ, преподавателей вузов / М. И. Станкин. – М. : Флинта, 1998. – 368 с.

466. Старинська Н. В. Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки / Н. В. Старинська. – К. : Інтерсервіс, 2015. – 178 с.

467. Стародубцев М. П. Современные педагогические технологии: сущность, классификация, условия реализации / М. П. Стародубцев // Актуальные вопросы психологии, педагогики и образования : сб. науч. трудов по итогам междунар. науч.-практ. конф. (Самара). – 2015. – № 2. – С. 144-147.

468. Стечак Г. М. Педагогічна підготовка майбутніх сімейних лікарів у медичному університеті : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Стечак Галина Михайлівна. – Львів, 2017. – 280 с.

469. Столяренко А. М. Психология и педагогика / А. М. Столяренко. – М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2002. – 423 с.

470. Столярчук О. А. Самоактуалізація як чинник становлення особистості майбутнього фахівця / О. А. Столярчук // Innovative Solutions in Modern Science. – 2017. – № 4 (13). – С. 129-139.

471. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.minsport.gov.ru/activities/federal.

472. Стратегія реформування вищої освіти в Україні до 2020 року (Проект). [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://old.mon.gov.ua/img/zstored/files/HE%20Reforms%20Strategy%2011_11_2014.pdf.

473. Стратегія сталого розвитку «Україна–2020» [Указ Президента України № 5/2015 від 12.01.2015 р. «Про Стратегію сталого розвитку

«Україна-2020» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/5/2015>.

474. Субетто А. И. Теория фундаментализации образования и универсальные компетенции (ноосферная парадигма универсализма) / А. И. Субетто. – СПб. : Астерион, 2010. – 556 с.

475. Суходольский Г. В. Структурно-алгоритмічний аналіз і синтез діяльності / Г. В. Суходольський. – Л. : ЛДУ, 1976. – С. 120.

476. Сучасний словник іншомовних слів: близько 20 тис. слів і словосполучень / НАН України. Ін-т мовознавства ім. О. О. Потебні [уклад. О. І. Скопенко, Т. В. Цимбалюк]. – К. : Довіра, 2006. – 789 с.

477. Сущенко Л. П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : 13.00.04 / Людмила Петрівна Сущенко. – Київ, 2003. – 46 с.

478. Тарасенко В. И. Компетентностная подготовка студентов к профессиональной деятельности тренера по спортивным танцам : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Тарасенко Владимир Иванович; Уральский государственный университет физической культуры. – Челябинск, 2016. – 170 с.

479. Татаринцев О. М. Перспективы развития российского рынка фитнес-услуг / О. М. Татаринцев, М. В. Лоскутова // Социально-экономические явления и процессы. – 2016. – № 12 (11). – С. 125-131.

480. Татур Ю. Г. Компетентность в структуре модели качества подготовки специалистов / Ю. Г. Татур // Высшее образование сегодня. – 2004. – № 3. – С. 20-26.

481. Твеліна А. О. Формування спеціальних рухових навичок майбутніх вчителів фізичної культури засобами фітнесу : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / Твеліна Аліса Олександрівна; Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова. – К., 2012. – 207 с.

482. Тверезовська Н. Т. Методологія педагогічного дослідження : навч. посіб. / Н. Т. Тверезовська, В. К. Сидоренко. – К. : Центр учбової літератури, 2013. – 440 с.

483. Тезаурус ЮНЕСКО [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://databases.unesco.org/thesru/>.

484. Теличко Н. В. Професійна компетентність як базова основа педагогічної майстерності вчителя початкових класів / Н. В. Теличко // Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія: Педагогіка, психологія, філософія. – 2014. – Вип. 199 (1). – С. 376-383.

485. Терещенко Н. М. Формування у підлітків готовності до самоосвіти в умовах модульного навчання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.09 «Теорія навчання» / Н. М. Терещенко; Інститут педагогіки АПН України. – К., 2000. – 20 с.

486. Тимошенко О. В. Теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури у вищих навчальних закладах : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / О. В. Тимошенко. – К., 2009. – 38 с.

487. Глумачний словник з інформаційно-педагогічних технологій [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://posibnyky.vstu.vinnica.ua/slovnik/1.htm>.

488. Толковый словарь русского языка [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://tolkru.com/>.

489. Томіліна Ю. І. Програмування занять пілатесом з жінками першого зрілого віку : дис. ... канд. наук з фіз. вих. та спорту : 24.00.02 / Юлія Ігорівна Томіліна ; НУФВСУ. – Київ, 2017. – 216 с.

490. Традиции и инновации российского высшего образования в сфере физической культуры: опыт транскультурного ориентирования :

монографія / Нац. гос. ун-т физ. культури, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта ; [под ред. Е. В. Утишевой, Н. Г. Закревской]. – СПб. : Изд-во «Стратегия будущего», 2011. – 274 с.

491. Троцко Г. В. Теоретические и методические основы подготовки студентов к воспитательной деятельности в высших учебных заведениях : автореф. дис. на соискание учен. степени д-ра пед. наук : 13.00.04 / Г. В. Троцко. – К. : ППО, 1997. – 54 с.

492. Трудовой Кодекс РФ. – Глава 54.1. Особенности регулирования труда спортсменов и тренеров (введена Федеральным законом № 13-ФЗ от 28.02.2008 г.) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://trudkodeks.ru/trudkodeks/trud/trudovoj_kodeks_-_tk_rf_-_glava_541.html.

493. Туркот Т. І. Педагогіка вищої школи : навч. посібн. [Електронний ресурс] / Т. І. Туркот. – К. : Кондор, 2011. – 628 с. – Режим доступу: http://pidruchniki.com/13680808/pedagogika/pedagogika_vischoyi_shkoli

494. Турчин Я. Болонський процес та зона вільної торгівлі з ЄС: спільне для України?! [Електронний ресурс] / Я. Турчин. – Режим доступу: <http://blogs.korrespondent.net/users/blog/areal90|88554>.

495. Тюгашев Е. А. Социокультурный подход: эпистемологический статус и содержание / Е. А. Тюгашев // Социальные взаимодействия в транзитивном обществе [под ред. М. В. Удальцовой]. – Новосибирск, НГАЭиУ, 2011. – Вып. XIII. – С. 8-25.

496. Тюленев Г. Д. Завдання вищого навчального закладу у сучасному суспільстві / Г. Д. Тюленев // Вісник східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. – 2012. – № 11 (182). – Ч. 1. – С. 483-493.

497. Українська фітнес асоціація (УФА) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ukrfit.com.ua/>.

498. Универсальный генератор кроссвордов [Электронный ресурс]. – Режим доступа до документу 15 листопада 2011: <http://students.univologda.ac.ru/pages/pm97/paa/CROSSGEN/generator.html>.
499. Фатеев В. А. Формирование готовности будущего учителя физической культуры к реализации лично ориентированного подхода / В. А. Фатеев // Физическая культура. – 2007. – № 6. – С. 63-65.
500. Федерация фитнес-аэробики [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fitness-aerobics.ru/ru/education/>.
501. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання : навч. посібник / В. М. Федорчук. – К. : ЦУЛ, 2014. – 250 с.
502. Федотова Г. А. Профессионально-ориентированные технологии обучения в высшей школе : учеб. пособие / Г. А. Федотова, Е. Ю. Игнатьева. – Великий Новгород : НовГУ им. Ярослава Мудрого, 2010. – 104 с.
503. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М., 2002. – 490 с.
504. Фиалова Л. Физкультурное образование в Центральной и Восточной Европе: социологический анализ / Л. Фиалова, И. Быховская, Й. Мразек // Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы : тез. докл. Междунар. конгр. – М., 1998. – Т. 1. – С. 189.
505. Философский энциклопедический словарь / [гл. ред. Л. Ф. Ильичев и др.]. – М. : Советская энциклопедия, 1983. – 840 с.
506. Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам ГОСТР 57116. Национальный стандарт Российской Федерации. – М. : Стандартиформ, 2016. – Изд. офиц. – 18 с.
507. Фіненко О. Ю. Професійне навчання: конкурентоспроможність та перспективи розвитку в умовах інтелектуалізації економіки / О. Ю. Фіненко // Актуальні проблеми професійної орієнтації та

професійного навчання населення : зб. наук. праць III Всеукр. наук.-практ. конф. [упоряд.: М. А. Міропольська, Л. М. Капченко, А. В. Алексєєва, Н. В. Савченко]. – К. : ІПК ДСЗУ, 2008. – С. 447-450.

508. Фіненко О. Ю. Сучасні світові тенденції розвитку теоретико-методичних аспектів професійної підготовки / О. Ю. Фіненко // Соціально-трудова відносина: теорія та практика : зб. наук. праць. – К. : КНЕУ ім. В. Гетьмана. – 2015. – № 1 (9). – С. 237-242.

509. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник / В. Франкл [пер. с англ. и нем. Д. А. Леонтьева, М. П. Папуша, Е. В. Эйдмана]. – М. : Прогресс, 1990. – 368 с.

510. Фролова Л. С. Вступ до спеціальності «Фізичне виховання» : навч.-метод. посібник / Л. С. Фролова. – Черкаси, 2014. – 282 с.

511. Хазова С. А. Развитие конкурентоспособности специалистов по физической культуре и спорту в процессе профессиональной подготовки : монография / С. А. Хазова. – Майкоп : Адыгейский государственный университет, 2011. – 371 с.

512. Халина К. Д. Коммуникативные способности как фактор успешного общения [Електронний ресурс] / К. Д. Халина, Т. В. Капустина // Молодой ученый. – 2017. – № 6. – С. 209-213. – Режим доступу: <https://moluch.ru/archive/140/39460/> (дата обращения: 04.02.2018).

513. Химинець В. Компетентнісний підхід до професійного розвитку вчителя [Електронний ресурс] / В. Химинець. – Режим доступу: <http://zakinppo.org.ua/2010-01-18-13-44-15/233-2010-08-25-07-10-49>.

514. Хоружа Л. Л. Компетентнісний підхід в освіті: ретроспективний погляд на розвиток ідеї / Л. Л. Хоружа // Педагогічна освіта: теорія і практика : зб. наук. праць. – К. : КМПУ ім. Б. Д. Грінченка, 2007. – С. 178-183.

515. Хоули Э. Т. Оздоровительный фитнес / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френкс. – К. : Олимпийская литература, 2000. – 367 с.

516. Хрусталева Т. М. Психология способностей : учеб. пособие / Т. М. Хрусталева. – Пермь : ПГГПУ, 2013. – 180 с.

517. Хрящева Н. Ю. Психогимнастика в тренинге / под ред. Н. Ю. Хрящевой. – СПб. : Речь, Институт тренинга, 2006. – 256 с.

518. Хуторской А. В. Методика личностно-ориентированного обучения: Как обучать всех по-разному? : пособие для учителя / А. В. Хуторской. – М. : Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2005. – 383 с.

519. Царькова О. В. Формирование готовности будущего техника к решению инновационных производственных задач : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : 13.00.08 / О. В. Царькова. – Оренбург, 2009. – 36 с.

520. Целуйко В. М. Психологические основы педагогического общения / В. М. Целуйко. – М. : «ВЛАДОС», 2007. – 242 с.

521. Центр підготовки кадрів фітнес індустрії «SUMMIT» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.fitness-aerobics.ru/ru/education/>.

522. Чернявская А. П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации / А. П. Чернявская. – М. : Изд-во ВЛАДОС–ПРЕСС, 2004. – 96 с.

523. Чорнобай В. Г. Професійна компетентність та її складові / В. Г. Чорнобай // Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія: Педагогіка, психологія, філософія. – 2014. – Вип. 199 (1). – С. 409-413.

524. Чудакова В. П. Алгоритм проведення, аналізу, обробки та інтерпретації результатів дослідження «самоактуалізації» / В. П. Чудакова // Освіта та розвиток обдарованої особистості. – 2015. – № 3 (34). – С. 45-59.

525. Чучалин А. И. Американская и Болонская модели инженера: сравнительный анализ компетенций / А. И. Чучалин // Вопросы образования. – 2007. – № 1. – С. 84-93.

526. Шаталов В. Ф. Учить всех, учить каждого / В. Ф. Шаталов // Педагогический поиск ; сост. И. Н. Баженова. – М. : Педагогика, 1989. – 560 с.

527. Шашкина М. Б. Кластер профессионально-профильных компетенций как комплекс требований к результату математической подготовки будущего учителя математики в вузе [Электронный ресурс] / М. Б. Шашкина, Е. А. Семина // Научное обозрение. Педагогические науки. – 2015. – № 3. – С. 187-188. Режим доступа: <https://science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1438> (дата обращения: 24.01.2018).

528. Шестакова Е. В. Формирование системы подготовки квалифицированного персонала сферы фитнес индустрии на основе профессионального стандарта / Е. В. Шестакова // Российское предпринимательство. – 2017. – Том 18. – № 16. – С. 2377-2388. Doi: 10.18334/gr.18.16.38222.

529. Шилова М. И. Учителю о воспитанности школьников / М. И. Шилова. – М. : Педагогика, 1992. – С. 12.

530. Школа фітнес-інструктора "FITNESSERVICE" [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.fitnesservice.ua/>.

531. Шкребтій Ю. М. Напрями реформування системи фізичної культури і спорту в Україні / Ю. М. Шкребтій // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту: зб. наук. праць ДНДІФКС. – Вип. 4. – К., 2004. – С. 5-11.

532. Шутова С. Е. Особенности проявления волевых качеств у студентов разных спортивных специализаций, влияющих на успешность их соревновательной деятельности / С. Е. Шутова, Е. А. Медзик // Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в сучасних умовах: Матеріали I Міжнар. наук.-практ. конф. – Дніпропетровськ, 2015. – С. 371-376.

533. Щербань П. Застосування ігрових технологій в освіті: історія і перспективи / П. Щербань // Витоки педагогічної майстерності. – 2014. – Вип. 13. – С. 286-291.

534. Эбзеев М. М. Отрасль «физическая культура» в условиях рыночной экономики и подготовка будущих работников к решению её задач в процессе вузовского обучения : автореф. дисс. на соискание учен. степени д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры», 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Мурат Магомедович Эбзеев. – Майкоп, 2009. – 57 с.

535. Эйдельман Л. Л. К вопросу об истории возникновения и развития фитнеса / Л. Л. Эйдельман // Фитнес: становление, тенденции и перспективы развития в России : сб. материалов Междунар. науч.-практ. конф., посвященной 210-летию РГПУ им. А. И. Герцена, 60-летию ф-та физ. к-ры. – СПб., 2006. – С. 47-51.

536. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. – М., 1989. – 380 с.

537. Энциклопедия профессионального образования: в 3-х т. [под ред. С. Я. Батышева]. – М. : Изд-во Акад. проф. образования, 1999. – Т. 2. – 440 с.

538. Юдин Э. Г. Системный подход и принцип деятельности. Методологические проблемы современной науки / Э. Г. Юдин. – М. : Наука, 1978. – 391 с.

539. Якиманская И. С. Технология личностно-ориентированного обучения в современной школе / И. С. Якиманская. – М. : Сентябрь, 2000. – 176 с.

540. Яковенко О. Практична підготовка у вищих навчальних закладах Німеччини: особливості дуальної системи / О. Яковенко // Порівняльна професійна педагогіка . – 2012. – № 1. – С. 76-81.

541. Яковлев Е. В. Педагогическая концепция: методологические аспекты построения / Е. В. Яковлев, Н.О. Яковлева – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006. – 239 с.

542. Ясюкова Л. А. Взаимосвязь индивидуально-психологических характеристик в структуре профессиональных способностей / Л. А. Ясюкова // Вопросы психологии. – 1990. – № 5. – С. 72-81.

543. About EREPS [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.ereps.eu/about.asp.

544. Active IQ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://activeiq.co.uk/qualifications>.

545. AENESIS [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.aehesis.com.

546. Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.awf.gda.pl/>.

547. Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.awf.krakow.pl/>.

548. Akademia Wychowania Fizycznego J. Piłsudskiego w Warszawie [Электронный ресурс]. – Режим доступа: awf-bp.edu.pl

549. Akademia Wychowania Fizycznego m. Jerzego Kukuczki w Katowicach [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://awf.katowice.pl/uczelnia/turystyka-i-rekreacja/studia-ii-stopnia>.

550. Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.awf.poznan.pl/>.

551. Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.awf.wroc.pl/pl/index>.

552. Anglia Ruskin University. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.anglia.ac.uk/study/undergraduate/sports-science.

553. Association of American Colleges and Universities [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.aacu.org>.

554. Association of Universities and Colleges of Canada [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.aucc.ca.
555. Ausbildung-fitnesstrainer [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.der-fitnessberater.de/ausbildung-fitnesstrainer.html>.
556. Australian College of Physical Education [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.acpe.edu.au>.
557. Australian Correspondence Schools distance education [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.acsedu.com/>.
558. Australian Fitness Academy [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://afa-elearning.mywisenet.com.au/>.
559. Australian Institute of Fitness [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://fitness.edu.au/>.
560. Australian Qualification Framework [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.aqf.edu.au/>.
561. Bennis W. On Becoming a Leader / W. Bennis. – N. Y. : Addison Wesley, 1989 / 1994. – P. 65-69.
562. Board of certification [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.bocac.org/index.php?option=com_content&view=article&id=24&Itemid=26.
563. BSA [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.bsa-akademie.de/>
564. Cambridge dictionaries. Trainer [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://dictionary.cambridge.org/ru/словарь/английский/trainer>.
565. Cambridge Regional College [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.camre.ac.uk>.
566. Canberra Institute of Technology [Електронний ресурс]. – Режим доступу: cit.edu.au/.
567. Careerplanner. Fitness trainers and instructors [Електронний ресурс]. – <https://job-outlook.careerplanner.com/Fitness-Workers.cfm>

568. Central YMCA Qualifications (CYQ) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.ymcaawards.co.uk/.
569. Cheetham G. Towards a holistic model of professional competence / G. Cheetham, G. Chivers // Journal of European Industrial Training. – 1996. – Vol. 20 (5). – P. 20 -30.
570. City and guilds [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.cityandguilds.com/qualifications-and-apprenticeships#fil=uk>.
571. Coastal Carolina Community College [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.coastalcarolina.edu/>.
572. Columbia University in the City of New York [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.columbia.edu/content/faculty-staff.html>.
573. Continual professional development [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.cipd.co.uk/cpd>.
574. Cotton R. Personal Trainers as Professionals / R. Cotton // American College of Sports Medicine. – 19 Sept. 2013.
575. Crossword 1.4 [Електронний ресурс]. – Режим доступу до документу 07 листопада 2011: <http://softobzor.com.ua/product.php?id=327>.
576. Crossword Compiler [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.softsoft.ru/gamesentertainment/puzzle-word-games/47607.htm>.
577. Crossword Forge [Електронний ресурс]. – Режим доступу до документу 07 листопада 2011: <http://www.softsoft.ru/education/teachingtraining-tools/10799.htm>.
578. Crossword Set 1.01 [Електронний ресурс]. – Режим доступу до документу 07 листопада 2011: <http://softobzor.com.ua/product.php?id=331>.
579. Dalleck L. C. The history of fitness / L. C. Dalleck, L. Kravitz // IDEA Health and Fitness Source. – 2002. – Vol. 20 (2). – P. 26-33.
580. Deakin of University [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.deakin.edu.au/.

581. Decalion 1.2 [Електронний ресурс]. – Режим доступу до документу 07 листопада 2011: <http://softobzor.com.ua/product.php?id=332>.

582. Deloitte. Life sciences and healthcare [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www2.deloitte.com/ie/en/industries/life-sciences-and-healthcare>.

583. Deutsche fitnesslehrer vereinigung e.V. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.dflv.de/Fitnesstrainer__16.html/.

584. Deutsche Sporthochschule [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.dshs-koeln.de/wps/portal>.

585. Deutscher fitness & aerobic verband [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dfav.de>.

586. Developing the professional skills of the future sports instructors in accordance with the EQF [Електронний ресурс] / Ceres, Italian Report of the Leonardo Partnership. Project EST-2009-1-RO1-LEO04-03036. – Режим доступу: https://www.up2europe.eu/european/projects/developing-the-professional-skills-of-the-future-sports-instructors-in-accordance-with-the-eqf_120442.html.

587. DISCO: Dictionary of Skills and Competencies [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.disco-tools.eu/>.

588. Earle R. NSCA's essentials of personal training / R. Earle // NSCA Certification Commission. – 2004. – P. 162, 617.

589. Eesti Olümpiakomitee (ЕОК) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.eok.ee.

590. E-learning courses [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.elearningfitness.eu.

591. Empressr [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.empressr.com/>

592. Enric M. Sebastiani I Obrador. Competence profile of physical education teachers / Enric M. Sebastiani I Obrador // Professionals and

volunteers in physical education. In: Monograph book of scientific and professional articles / J. Vasickova, B. Antala, editors. – Bratislava, 2012. – P. 28-37.

593. EuropeActive [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://europeactive.eu/>.

594. European qualifications framework [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.ehfa-standards.eu/es-EQF.

595. Fitnesa Mācību Centrs "Sport" [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://fitnes.lv/lv>.

596. Fitness Connect UA [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.fitnessconnect.com.ua/>.

597. Fitness Institute of Technology [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.fitnessinstituteoftechnology.com/aboutFIT.html>.

598. Fitness trainer career advice [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.careers-guide.com/job-choices/fitness-instructor.htm>.

599. Gambetta V. Athletic development: the art and science of functional sports conditioning / V. Gambetta. – Champaign, IL: Human Kinetics, 2007. – P. 11.

600. Gardner H. Five minds for the future / H. Gardner. – Boston, MA: Harvard Business School Press, 2007. – P. 1-151.

601. Gearity B. Coach as unfair and uncaring: A phenomenological study of ethics in the coach-athlete dyad / B. Gearity // J Study Sports Athlete Educ. – 2012. – Vol. 6. – P. 173-200.

602. George A. M. The magical number seven, plus or minus two / A. M. George // The Psychological Review. – 1956. – Vol. 63. – P. 81-97.

603. Gonzalez D. Blended learning offers the best of both worlds / D. Gonzalez // Essential Teacher. – 2005. – Vol. 2. – Issue 4. – P. 42-45.

604. Grant MacEwan University [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.macewan.ca.

605. Hamburg Recabic Institut [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.der-fitnessberater.de/ausbildung-fitness-trainer.html>.
606. Haridus-ja Teadusministeerium [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.hm.ee/et/tegevused/uuringud-ja-statistika>.
607. Hyatt C. When smart people fail / C. Hyatt, L. Gottlieb. – NY : Simon and Schuster, 2009. – P. 104-108.
608. Industry research division [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ibisworld.com/>
609. International Career Institute [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ici.edu.au/>
610. International standard classification of education [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.uis.unesco.org/Education/.../international-standard-classification-of-education.aspx.
611. ISCO-08 Structure [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.ilo.org/public/english/bureau/stat/isco/isco08/index.htm
612. IST. Studieninstitut [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ist.de/fitness/>
613. Kingston University London [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.kingston.ac.uk/undergraduate-course/sport-science/>.
614. La Trobe University [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.latrobe.edu.au/
615. Latvijas Republikas Izglītības likums [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.likumi.lv/doc.php?id=67960>.
616. Latvijas Sporta federāciju padome [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.lsfp.lv/32/>.
617. Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmija [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.lspa.lv/rus/>.

618. Le Deist F. D. What is competence? / F. D. Le Deist, J. Winterton // Human Resource Development International Journal. – 2005. – Vol. 8 (1). – P. 27-46.

619. Lietuvos sporto universiteto (LSU) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.lsu.lt/fakulteta>.

620. LR Švietimo ir mokslo [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.smm.lt/>.

621. Macnamara A. Do mental skills make champions? Examining the discriminant function of the psychological characteristics of developing excellence questionnaire / A. Macnamara, D. Collins // Journal of sports sciences. – 2013. – № 31 (7). – P. 36-44.

622. Malek M. N. Importance of health science education for personal fitness trainers / M. N. Malek, D. P. Nalbon, D. E. Berger, J. W. Coburn // Journal of Strength and Conditioning Research. – 2002. – Vol. 16 (1). – P. 19-24.

623. Masarykova Univerzita [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.muni.cz,

624. Maxwell J. Leadership Gold / J. Maxwell. – Nashville, TN: Thomas Nelson, 2008. – P. 1-19.

625. National Association of Career Colleges (NACC) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: nacc.ca.

626. National board of fitness examiners [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.noca.org/ncca/accredorg.htm>.

627. National Commission for Certifying Agencies – NCCA [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.noca.org/ncca/accredorg.htm>.

628. National Personal Training Institute [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://nationalpti.edu/training-programs/personal-training-courses-outline/>.

629. Nipissing University [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.nipissingu.ca.

630. NSCA-CPT Job Analysis Committee / NSCA-CPT content description manual. – Lincoln, NE : NSCA Certification Commission. – 2001.

631. Occupational outlook handbook. Fitness trainers and instructors [Електронний ресурс] / Bureau of Labor Statistics, US Department of Labor, 2012-13 ed. – Режим доступу: <http://www.bls.gov/ooh/personal-care-and-service/fitness-trainers-and-instructors.htm>.

632. Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Stanisława Pigoń w Krośnie [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.pwsz.krosno.pl/program-kształcenia/plany-studiow-wf/>.

633. Patrickson J. Analysis of the state of the art and synthesis of e-learning courses / J. Patrickson // Elearning Fitness (eLF) Project Study Report D2.4. – London, Oct. 2011.

634. Patrickson J. Analysis of the state of the art and synthesis of pilot registers / J. Patrickson, J. A. Marnoch // E-learning Fitness (eLF) Project Study Report D2.5. – London, Oct. 2011.

635. Petry K. Thematic network project AEHESIS: report of the first year / K. Petry, K. Froberg, A. Madella. – Cologne: German Sport University, 2004. – 244 p.

636. Premier training international [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.premierglobal.co.uk/home/>.

637. Prezi [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.prezi.com/>.

638. Qualifications and credit framework: requirements [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.gov.uk/government/collections/qualifications-and-credit-framework-requirements.

639. Recruitment & employment confederation [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.rec.uk.com/>.
640. Register of exercise professionals [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.exerciseregister.org/.
641. Rīgas Stradiņa universitāte [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.rsu.lv/fakultates/liepajas-filiale/studiju-programmas>.
642. Rohde M. The Sketchnote Handbook: the illustrated guide to visual note taking / M. Rohde. – Peachpit Press, 2012. – 224 p.
643. Sandhills college [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.sandhills.edu/programs/physfit/HealthFitnessScience-2012-13.pd>.
644. Scottish Credit and Qualifications Framework [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.sqa.org.uk/files>.
645. Sharkey B. Fitness & health / B. Sharkey, S. Gaskill. – Champaign, IL : Human Kinetics, 2006. – 429 p.
646. Southampton solent applied sport science [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.solent.ac.uk/courses/2016/undergraduate/applied-sport-science-bsc/course-details.aspx>.
647. State board of community colleges North Carolina community college system [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ncccommunitycolleges.edu/>.
648. Stogdill R. M. Handbook of leadership / R. M. Stogdill. – N.Y., L.: Free Press, 1974. – 613 p.
649. Sutherland College [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.tafensw.edu.au/>
650. Tallinna Ülikool [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.tlu.ee/>.
651. Tartu Ülikooli kehakultuuriteaduskonda [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.kk.ut.ee/et/sisseastumine>.

652. Technischer Überwachungsverein [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.tuv-sud.com/industry/sports-leisure-entertainment>.
653. The National Personal Training Institute. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://nationalpti.edu/>.
654. Thematic network project AEHESIS: report of the third year – summary [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.aehesis.com.
655. Tuning educational structures in Europe – TUNING [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://tuning.unideusto.org/tuningeu>.
656. Universität Giessen [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.uni-giessen.de/cms/study/courses/ba/pah>.
657. Universitat Salzburg [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.uni-salzburg.at/spo/healthandfitness.
658. Universitatea de Educație Fizică și Sport [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://usefs.md/>.
659. University of Alaska Anchorage [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.uaa.alaska.edu>.
660. University of Alberta [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ualberta.ca//>.
661. University of Central Lancashire [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.uclan.ac.uk/courses/bsc_hons_nutrition_exercise_sciences_personal_fitness_training.php.
662. University of Exeter [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.exeter.ac.uk/undergraduate/degrees/sport/exsport/>.
663. University of Findlay [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.findlay.edu>.
664. University of Manitoba [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.icmanitoba.ca/university-of-manitoba>.

665. University of Michigan [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [//www.kines.umich.edu](http://www.kines.umich.edu).
666. University of South Australia [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.unisa.edu.au/Study/rehabilitation-health-sport/>.
667. University of South Florida [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.coedu.usf.edu>.
668. University of Sydney [Електронний ресурс]. – Режим доступу: sydney.edu.au/.
669. University of Texas at Austin, College of Education [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.edb.utexas.edu>.
670. Uniwersytet Rzeszowski [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ur.edu.pl/>.
671. Vasilenko M. Advantages and disadvantages of professional preparational of the future fitness trainers in Great Britain and Australia / M. Vasilenko // EUREKA: Social and Humanities. – 2016. – Vol. 4. – P. 47-54.
672. Vasilenko M. Components, criteria, indicators and levels of professional competence formation of future fitness-trainers at higher educational institutions / M. Vasilenko, M. Duthak // EUREKA: Social and Humanities. – 2018. – Vol. 2. – P. 45-51.
673. Vysochina N. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities / N. Vysochina, A. Vorobiova, M. Vasylenko, F. Vysochin // Journal of Physical Education and Sport. – 2018. – Vol. 18 (1). – Art 30. P. 230-234.
674. Vysoká škola tělesné výchovy a sportu PALESTRA [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://vstvs.palestra.cz/>.
675. Walsh B. Finding the wining edge / B Walsh, B. Billick, J. Peterson. – Champaign, IL : Sports Publishing Inc, 1998. – P. 100.

676. Wyższa Szkoła Społeczno – Przyrodnicza im. Wincenta Pola w Lublinie [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.wssp.edu.pl/>.

677. YouTube / «Аквааеробіка, глибока вода» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=WZTJtk8Lws0>.

678. YouTube / «20 основних асан хатха-йоги» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=udp3C-1aRD0>.

679. YouTube / «Пілатес: тренування» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=s1LIjf7MrXA>.

680. YouTube / Техніка виконання окремих вправ: випади, техніка, фітнес вдома» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=8mcfbskQGgc>.

681. YouTube / «Техніка скандинавської ходьби та помилки» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://www.youtube.com/watch?v=Z6Tu_xIWCY](https://www.youtube.com/watch?v>Z6Tu_xIWCY).

682. YouTube / Уроки Zumba Fitness: базові кроки» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=gyorVrGK48o>.

683. YouTube / «Aqua Aerobics with Noodles, Cayman Islands» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://www.youtube.com/watch?v=re-egB7vR_Q.

684. YouTube / «Aqua Warm Up~DJ Francis Turn it up» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=stlzqgoAs1k>.

685. YouTube / «Aqua Fitness Aqua Aerobics exercise with Marietta Mehani Noodle shallow pendulum» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=8s-pgKSmsk4>.

686. YouTube / «Gimnastica aerobica in acqua» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=4AE2MIKU7T8>.

687. YouTube / «Noodle Core Mix» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=nU2Puxcg4n>.

688. YouTube / «Pilates in the water Water Pilates» / [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=S7ayd8nVeV4>.

689. YouTube / «Working with Pool Noodles Fitness Fun» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=rvjOxd7QKx0>.

690. Zooburst [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.zooburst.com/zb_signup.php.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для студентів закладів вищої освіти

Шановні студенти!

Кафедра здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання та спорту України проводить анкетування в межах дослідження «Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти». Будемо вдячні, якщо Ви візьмете участь у нашому анкетуванні, адже від Ваших відповідей буде залежати результативність нашого дослідження. Дайте, будь ласка, відповіді на питання, поставивши позначку у відповідній графі.

Назва закладу вищої освіти

1. Чи плануєте Ви працювати у сфері фітнесу?
 - а) так, планую;
 - б) ні, не планую;
 - в) важко відповісти

2. Чи задоволені Ви рівнем наявної сучасної науково-методичної літератури необхідної Вам для майбутньої професійної діяльності фітнес-тренера?
 - а) так, задоволені;
 - б) ні, не задоволені;
 - в) важко відповісти.

3. Чи Ви відвідуєте фітнес-конвенції та майстер-класи, які проводять провідні фахівці з фітнесу?
 - а) так, відвідую часто;
 - б) так, відвідую інколи;
 - в) ні, не відвідую;
 - г) важко відповісти.

4. Наскільки Ви володієте знаннями з наведених нижче дисциплін циклу загально-професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти?

№ з/п	Навчальні дисципліни	Відповідь			
		Володію, можу застосувати знання на практиці	Володію, але не можу застосувати знання на практиці	Ні, не володію знаннями	Важко відповісти
4.1	Загальна теорія здоров'я				
4.2	Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності				
4.3	Психологія та педагогіка				
4.4	Теорія та методика фізичного виховання				
4.5	Перша допомога в невідкладних станах				
4.6	Анатомія				
4.7	Фізіологія				
4.8	Іноземна мова				
4.9	Основи раціонального харчування				

5 Наскільки Ви здатні продемонструвати техніку виконання фізичних вправ за наведеними нижче видами фітнесу та фізичної рекреації?

№ з/п	Навчальні дисципліни	Відповідь			
		Здатні в повному обсязі	Здатні частково	Не здатні	Важко відповісти
5.1	СПА-технології				
5.2	Аквааеробіка				
5.3	Рекреаційні ігри				
5.4	Оздоровчий туризм				
5.5	Ментальний фітнес				
5.6	Аеробіка				
5.7	Силовий фітнес				

6. Наскільки Ви здатні розробляти програми занять за наведеними нижче видами фітнесу та фізичної рекреації?

№ з/п	Навчальні дисципліни	Відповідь			
		Здатні в повному обсязі	Здатні частково	Не здатні	Важко відповісти
6.1	СПА-технології				
6.2	Аквааеробіка				
6.3	Рекреаційні ігри				
6.4	Оздоровчий туризм				
6.5	Ментальний фітнес				
6.6	Аеробіка				
6.7	Силовий фітнес				

7. Наскільки Ви здатні застосовувати знання та навички з «продажу» фітнес-послуги та сервісного обслуговування клієнта фітнес-клуба?

- а) здатні в повному обсязі;
- б) здатні частково;
- в) не здатні;
- г) важко відповісти.

8. Наскільки Ви здатні розробляти фітнес-програми для осіб з факторами ризику захворювань?

- а) здатні в повному обсязі;
- б) здатні частково;
- в) не здатні;
- г) важко відповісти.

9. Оцініть за ступенем значущості чинники, які заважають формуванню Вашої професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів (1-8)?

№ з/п	Чинники	Відповідь
9.1	Невпевненість з приводу працевлаштування у сфері фітнесу	
9.2	Відсутність взаємозв'язку теоретичних та практичних дисциплін	
9.3	Труднощі із сприйняттям матеріалу щодо фітнес-технологій	
9.4	Відсутність стандартних вимог до знань та умінь студентів	
9.5	Незначна кількість теоретичних занять з напрямків фітнесу	
9.6	Незначна кількість практичних занять з напрямків фітнесу	
9.7	Відсутність дружньої атмосфери в групі	
9.8	Відсутність урахування думки студентів щодо організації навчального процесу	

Дякуємо за співпрацю!

Анкета для науково-педагогічних працівників закладів вищої освіти

Шановні колеги!

Кафедра здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання та спорту України проводить анкетування в межах дослідження «Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти». Будемо вдячні, якщо Ви візьмете участь у нашому опитуванні, адже від Ваших відповідей буде залежати результативність нашого дослідження. Дайте, будь ласка, відповіді на питання, поставивши позначку у відповідній графі.

1. Чи доцільно, на Вашу думку, здійснювати підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з метою отримання кваліфікації «фітнес-тренер»?

- а) так, доцільно;
- б) ні, не доцільно;
- в) важко відповісти.

2. Який варіант базової вищої фізкультурної освіти для майбутніх фітнес-тренерів, на Вашу думку, є найбільш прийнятним?

- а) отримання спеціалізації «Фітнес-тренер»;
- б) отримання спеціалізації «Тренер з виду спорту» із засвоєнням дисциплін вільного вибору з циклу «Фітнес-технології»;
- в) отримання спеціалізації «Вчитель фізичної культури» із засвоєнням дисциплін вільного вибору з циклу «Фітнес-технології»;
- г) отримання спеціалізації «фахівець з фізичної реабілітації» із засвоєнням дисциплін вільного вибору з циклу «Фітнес-технології»;
- д) важко відповісти.

3. Чи повинна відрізнятися система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладі вищої освіти від професійної підготовки майбутніх тренерів з виду спорту?

- а) повинна відрізнятися;
- б) не повинна відрізнятися;
- в) важко відповісти.

4. Чи висловлюють Ваші студенти бажання оволодіти додатковими знаннями, уміннями та навичками, які дозволили б їм працювати у фітнес-клубах?

- а) так, висловлюють бажання;
- б) ні, не висловлюють бажання;
- в) важко відповісти.

5. Оцініть ступінь Вашої обізнаності щодо сучасних фітнес-технологій:

- а) обізнані з більшістю інновацій;
- б) маю певні уявлення про сучасні фітнес-технології;
- в) не обізнані з сучасними фітнес-технологіями;
- г) важко відповісти.

6. Чи берете Ви участь у форумах, фітнес-конвенціях і семінарах для підвищення власної професійної кваліфікації?

- а) так, беру участь;
- б) ні, не беру участь;
- в) важко відповісти.

7. Чи викладаються у Вашому закладі вищої освіти наведені нижче дисципліни циклу професійної та практичної підготовки?

№ з/п	Дисципліни	Відповіді		
		Так, викладаються	Ні, не викладаються	Важко відповісти
7.1	Персональний тренінг			
7.2	Психологія діяльності в сфері ФіР			
7.3	Менеджмент та маркетинг у сфері ФіР			
7.4	Рекреаційні ігри			
7.5	Оздоровчий туризм та орієнтування			
7.6	СПА-технології			
7.7	Теор.основи фізичної рекреації			
7.8	Види аеробіки			
7.9	Ментальний фітнес			
7.10	Силовий фітнес			

8. Чи проводите Ви (або Ваші колеги) тренінги для студентів з наступних тем:

№ з/п	Назва тренінгу	Відповідь		
		Так, проводимо	Ні, не проводимо	Важко відповісти
8.1	«Презентація фітнес-послуги»			
8.2	«Конфлікт з клієнтом та шляхи його вирішення»			
8.3	«Типологія клієнта та тренера»			
8.4	«Мої акторські здібності»			
8.5	«Мотивація клієнта»			

9. Чи практикуєте Ви (або Ваші колеги) складання зі студентами портфоліо із переліком професійних знань, умінь та навичок, набутих в процесі навчання?

- а) так, практикуємо;
- б) ні не практикуємо;
- в) важко відповісти.

10. Чи застосовуєте Ви (або Ваші колеги) в навчальному процесі бінарні лекції (які проводяться двома викладачами) з суміжних навчальних дисциплін?

- а) так, застосовуємо;
- б) ні, не застосовуємо;
- в) важко відповісти.

11. Оцініть за ступенем значущості чинники, які найбільше заважає Вам здійснювати навчальний процес для майбутніх фітнес-тренерів на високому методичному та організаційному рівні:

№ з/п	Чинники	Відповідь
11.1	Низький рівень знань студентів	
11.2	Низька навчальна мотивація студентів	
11.3	Перевантаженість викладачів	
11.4	Відсутність достатньої кількості якісної літератури	
11.5	Недосконалість матеріально-технічної бази	
11.6	Відсутність співпраці з роботодавцями	

Дякуємо за співпрацю!

Анкета для роботодавців

Шановні пані та панове!

Кафедра здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання та спорту України проводить дослідження щодо теоретичних і методичних засад професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Будемо вдячні, якщо Ви візьмете участь у нашому анкетуванні. Від відвертих та принципових відповідей буде залежати результативність нашого дослідження. Дайте, будь ласка, відповіді на питання, поставивши позначку у відповідній графі.

1. Чи згодні Ви зі твердженням, що однією з проблем підготовки фітнес-тренерів є відсутність стандартних вимог до рівня професійної компетентності?

- а) цілком згодні;
- б) частково згодні;
- в) ні, не згодні;
- г) важко відповісти.

2. Який рівень освіти, на Вашу думку, повинні здобути фахівці, які планують працювати на посаді фітнес-тренера?

- а) Вища фізкультурна освіта за спеціалізацією «Вчитель фізичної культури»;
- б) Вища фізкультурна освіта за спеціалізацією «Тренер з виду спорту»;
- в) Вища фізкультурна освіта за спеціалізацією «Фітнес-тренер»;
- г) Вища фізкультурна освіта за спеціалізацією «Фахівець з фізичної реабілітації»;
- д) Будь-яка вища освіта;

3. Чи є необхідність, на Вашу думку, у співпраці роботодавців у сфері фітнесу та закладів вищої освіти, які здійснюють підготовку майбутніх фітнес-тренерів?

- а) так, є необхідність;
- б) ні, немає необхідності;
- в) важко відповісти.

4. Чи є перевагою при прийомі на роботу, на Вашу думку, наявність у майбутнього фітнес-тренера спортивного звання?

- а) так, є перевага;
- б) ні, немає переваги;
- в) важко відповісти;

5. Чи відповідає Вашим вимогам рівень теоретичної підготовленості майбутніх фітнес-тренерів, що проходять стажування у Вашому фітнес-клубі?

- а) так, відповідає;
- б) частково відповідає;
- в) ні, не відповідає;
- г) важко відповісти.

6. Чи відповідає Вашим вимогам рівень практичної підготовленості з розробки фітнес-програм, який мають майбутні фітнес-тренери, що проходять стажування у Вашому фітнес-клубі?

- а) так, відповідає;
- б) частково відповідає;
- в) ні, не відповідає;
- г) важко відповісти.

7. Чи відповідає Вашим вимогам рівень технічної підготовленості з напрямів фітнесу, яким володіють майбутні фітнес-тренери, що проходять стажування у Вашому фітнес-клубі?

- а) так, відповідає;
- б) частково відповідає;
- в) ні, не відповідає;
- г) важко відповісти.

8. Чи відповідає Вашим вимогам рівень демонстрації організаційних навичок з напрямів фітнесу, яким володіють майбутні фітнес-тренери, що проходять стажування у Вашому фітнес-клубі?

- а) так, відповідає;
- б) частково відповідає;
- в) ні, не відповідає;
- г) важко відповісти.

9. Оцініть за 5-ти бальною шкалою за ступенем важливості 15 позицій, які є найбільш значущими для професійної діяльності фітнес-тренера

№ з/п	Характеристика	Бал
1	Універсальність технічних, методичних та організаційних навичок	
2	Уміння програмувати заняття для осіб з факторами ризику захворювань	
3	Бажання та уміння вчитися	
4	Уміння спілкуватись на іноземній мові	
5	Уміння продавати фітнес-послуги	
6	Уміння управляти мотивацією споживача фітнес-послуг	
7	Уміння здійснювати контроль фізичного стану споживача фітнес-послуг	
8	Педагогічна майстерність	
9	Харизма, приємна зовнішність	
10	Артистизм	
11	Креативність	
12	Уміння безконфліктного спілкування	
13	Комунікативність	
14	Впевненість у собі	
15	Уміння надавати консультації з раціонального харчування та ведення здорового способу життя.	

Дякуємо за співпрацю!

**Тест-опитувальник для визначення рівня професійної
спрямованості студентів
(за Т. Д. Дубовицькою)**

Призначення. Визначення рівня професійної спрямованості студентів, що проявляється в ступені вияву прагнення до оволодіння професією й виконання відповідних професійних обов'язків. Опитувальник складається з 20 суджень і запропонованих варіантів відповідей.

Інструкція. З метою пошуку шляхів удосконалення підготовки фахівців, зокрема для забезпечення кожній людині можливості здобути бажану професію і працювати за нею, пропонуємо Вам взяти участь у нашому дослідженні. Для цього, прочитавши висловлювання, позначте в листі відповідей, навпроти номера твердження один з варіантів відповіді, що відповідає Вашій думці: «Правильно»; «Мабуть, правильно»; «Мабуть, неправильно»; «Неправильно».

Просимо Вас щиро висловити ту думку, яка у Вас є на даний момент.

Бланк відповідей

П.І.Б. _____

Дата « ____ » _____ 20__ р.

Стать _____ Вік _____

Місце навчання _____

№ з/п	Висловлювання	Правильно	Мабуть, правильно	Мабуть, неправильно	Неправильно
1	Кожна людина повинна мати можливість здобути ту професію, яка їй подобається та відповідає її інтересам і схильностям				
2	Якби мені трапилася нагода почати навчання спочатку, то я вибрав би ту ж професію, яку зараз отримую в університеті				
3	Вимушений учитися на цьому факультеті через певні обставини, а не через бажання отримати цю професію				

4	Моє бажання здобути дану професію й працювати фітнес-тренером є стійким і обґрунтованим				
5	Навчаюся переважно для отримання вищої освіти, професія фітнес-тренер мені не цікава.				
6	Бачу мало перспектив для себе в обраній майбутній професії				
7	Мої захоплення й заняття у вільний час пов'язані з майбутньою професією				
8	У світі існує багато інших професій, які подобаються мені значно більше, ніж майбутня професія				
9	За власною ініціативою читаю додаткову літературу, яка стосується майбутньої професії				
10	Після закінчення навчання планую підвищувати свою кваліфікацію за професією фітнес-тренер				
11	Майбутня професія та відповідна робота навряд чи принесуть мені в майбутньому моральне задоволення				
12	У майбутньому не планую працювати фітнес-тренером				
13	Навіть якщо це буде важко, після закінчення навчання буду намагатися знайти роботу (і працювати) за професією фітнес-тренер.				
14	На даний момент працюю (бажаю знайти роботу) за професією фітнес-тренер				
15	У мене немає бажання працювати за професією фітнес-тренер				

16	При нагоді намагаюся знайомитися з діяльністю фахівців у сфері фітнес-індустрії.				
17	Якщо і буду працювати фітнес-тренером після навчання, то недовго.				
18	Робота фітнес-тренером дозволить мені в майбутньому максимально проявити себе та свої здібності.				
19	Після закінчення навчання планую отримати іншу професію й буду працювати за нею.				
20	У житті людини не все залежить від неї самої, і їй доводиться іноді зважати на обставини.				

Дякуємо за співпрацю!

Методика дослідження вольової саморегуляції
(за А. Зверковим, С. Ейдманом)

Призначення. Запропонована методика дозволяє визначити рівень Вашої вольової регуляції.

Інструкція. Вам пропонується тест, який складається із 30 тверджень. Уважно прочитайте кожне з них та вирішіть, наскільки воно характеризує Вас. Якщо правильно характеризує, то на аркуші для відповідей навпроти номера даного твердження поставте знак «+», якщо вважаєте, що неправильно – знак «-».

Бланк відповідей

П.І.Б. _____ Дата «___» _____ 20__ р.
Стать _____ Вік _____ Місце навчання _____

№ з/п	Перелік тверджень	Відповідь «+» / «-»
1	Якщо в мене щось не виходить, то нерідко виникає бажання покинути цю справу.	
2	Я не відмовляюся від своїх задумів і справ, навіть якщо доводиться вибирати між ними та приємною компанією.	
3	За необхідності мені неважко стримати прояв гніву.	
4	Звичайно я зберігаю спокій, очікуючи на товариша, який спізнюється на призначений час.	
5	Мене важко відірвати від розпочатої роботи.	
6	Я є дуже чутливим до фізичного болю.	
7	Я завжди намагаюся вислухати співрозмовника, не перебиваю, навіть якщо дуже хочеться йому заперечити.	
8	Я завжди демонструю власну позицію в розмові.	
9	Якщо треба, я можу не спати кілька ночей (наприклад, на роботі, чергуванні) і весь наступний день бути «в гарній формі».	
10	Мої плани занадто часто перекреслюються зовнішніми обставинами.	
11	Я не вважаю себе терплячою людиною.	
12	Мені не так просто примусити себе не хвилюватись.	

13	Мені рідко вдається примусити себе продовжувати роботу після серії прикрих невдач.	
14	Якщо я ставлюся до когось погано, мені важко приховати зневагу до нього.	
15	За потреби я можу займатися своєю справою в незручних та в непристосованих до цього умовах.	
16	Мені дуже заважає усвідомлення того, що роботу необхідно виконати в точно визначений термін.	
17	Я вважаю себе рішучою людиною.	
18	Фізичну втому я долаю значно краще, ніж інші	
19	Краще зачекати ліфт, ніж підійматися сходами.	
20	Зіпсувати мені настрої не так просто.	
21	Інколи якась дрібниця захоплює мої думки, не дає спокою, і я не можу її позбутися.	
22	Мені важче, ніж іншим зосередитися на завданні чи на роботі.	
23	Сперечатися зі мною важко.	
24	Я завжди прагну довести розпочату справу до кінця.	
25	Мене легко відволікти від справ.	
26	Я іноді помічаю, що намагаюся домогтися свого всупереч об'єктивним обставинам.	
27	Люди іноді заздять моєму терпінню та допитливості.	
28	Мені важко зберегти спокій у стресовій ситуації.	
29	Я помічаю, що під час одноманітної роботи мимоволі починаю змінювати спосіб дії, навіть якщо це інколи призводить до погіршення результатів.	
30	Мене, як правило, дратує, коли «перед носом» зачиняються двері транспорту або ліфта	

Дякуємо за співпрацю!

Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО
(за А.В. Лазукіною, адаптованою Н.Ф. Каліною)

Призначення. Запропонована методика дозволяє оцінити Ваш особистісний потенціал (творчий та комунікативний), рівень особистісної зрілості, самоактуалізації.

Інструкція: «Вам пропонується тест-опитувальник, кожен пункт якого містить два висловлювання, позначені літерами «а» і «б». З двох варіантів тверджень виберіть той, який вам найбільше подобається або краще узгоджується з вашими уявленнями, точніше відображає ваші думки, той, який більшою мірою відповідає Вашому звичному способу поведінки. Тут немає хороших чи поганих, правильних або неправильних відповідей. Обведіть ваш варіант у бланку відповідей. Намагайтесь бути щирими у своїх відповідях.

Бланк відповідей

П.І.Б. _____

Дата «__» _____ 20__ р.

Стать _____ Вік _____

Місце навчання _____

1. а) Прийде час, коли я почну жити по-справжньому, не так, як зараз. б) Я впевнений, що живу по-справжньому вже зараз.
2. а) Я дуже захоплений своєю професійною справою. б) Не можу сказати, що мені подобається моя робота і те, чим я займаюся.
3. а) Якщо незнайома людина зробить мені послугу, я відчуваю себе зобов'язаним їй. б) Отримуючи послугу незнайомої людини, я не відчуваю себе зобов'язаним їй.
4. а) Мені буває важко розібратися в своїх почуттях. б) Я завжди можу розібратися у власних почуттях.
5. а) Я часто замислююся над тим, чи правильно я поведився у тій чи іншій ситуації. б) Я рідко замислююся над тим, наскільки правильною є моя поведінка.
6. а) Я внутрішньо ніяковію, коли мені говорять компліменти. б) Я рідко соромлюсь, коли мені говорять компліменти.
7. а) Здатність до творчості - природна властивість людини. б) Далеко не всі люди обдаровані здатністю до творчості.

8. а) У мене не завжди вистачає часу на те, щоб стежити за новинами літератури і мистецтва. б) Я докладаю сил, намагаючись слідкувати за новинами літератури і мистецтва.
9. а) Я часто приймаю ризиковані рішення. б) Мені важко приймати ризиковані рішення.
10. а) Іноді я можу дати співрозмовникові зрозуміти, що він здається мені дурним і нецікавим. б) Я вважаю неприпустимим натякнути людині, що він мені здається дурним і нецікавим.
11. а) Я люблю залишати приємне «на потім». б) Я не залишаю приємне «на потім».
12. а) Я вважаю нечемним переривати розмову, якщо вона цікава тільки моєму співрозмовнику. б) Я можу швидко і невимушено перервати розмову, яка є цікавою тільки одній стороні.
13. а) Я прагну досягти внутрішньої гармонії. б) Стан внутрішньої гармонії для мене, швидше за все, є недосяжним.
14. а) Не можу сказати, що я собі подобаюся. б) Я собі подобаюся.
15. а) Я думаю, що більшості людей можна довіряти. б) Думаю, що без крайньої необхідності людям довіряти не варто.
16. а) Погано оплачувана робота не може приносити задоволення. б) Цікавий, творчий зміст роботи - сам по собі нагорода.
17. а) Досить часто мені буває нудно. б) Мені ніколи не буває нудно.
18. а) Я не стану відступати від своїх принципів навіть заради корисних справ, які могли б розраховувати на людську вдячність. б) Я б вважав за краще відступити від своїх принципів заради справ, за які люди були б мені вдячні.
19. а) Іноді мені важко бути щирим. б) Мені завжди вдається бути щирим.
20. а) Коли я подобаюся собі, мені здається, що я подобаюся і оточуючим. б) Навіть коли я собі подобаюся, я розумію, що є люди, яким я неприємний.
21. а) Я довіряю своїм спонтанним бажанням. б) Свої раптові бажання я завжди намагаюся обдумати.
22. а) Я повинен домагатися досконалості в усьому, що я роблю. б) Я не дуже засмучуюсь, якщо мені щось не вдається.
23. а) Егоїзм - природна властивість будь-якої людини. б) Більшості людей егоїзм не притаманний.
24. а) Якщо я не відразу знаходжу відповідь на питання, то можу відкласти його на невизначений час. б) Я буду шукати відповідь на цікаве для мене питання, не зважаючи на витрати часу.

25. а) Я люблю перечитувати книги, що сподобалися мені. б) Краще прочитати нову книгу, ніж повертатися до вже прочитаної.
26. а) Я намагаюся діяти так, як очікують інші. б) Я не схильний замислюватися про те, чого чекають від мене інші.
27. а) Минуле, сьогоднішня і майбутнє представляються мені єдиним цілим. б) Думаю, моє сьогоднішня не надто пов'язане з минулим або майбутнім.
28. а) Велика частина того, що я роблю, приносить мені задоволення. б) Лише деякі з моїх занять по-справжньому мене радують.
29. а) Прагнучи розібратися в характері і почуттях оточуючих, люди часто бувають нетактовним. б) Прагнення розібратися у людях цілком природно і виправдовує деяку нетактовність.
30. а) Я добре знаю, які почуття я здатний відчувати, а які ні. б) Я ще не зрозумів до кінця, які почуття я здатний відчувати.
31. а) Я відчуваю докори сумління, якщо серджуся на тих, кого люблю. б) Я не відчуваю докорів сумління, коли серджуся на тих, кого люблю.
32. а) Людина повинна спокійно ставитися до того, що вона може почути про себе від інших. б) Цілком природно образитися, почувши неприємну думку про себе.
33. а) Зусилля, яких вимагає пізнання істини, варті того, бо приносять користь. б) Зусилля, яких вимагає пізнання істини, варті того, бо приносять задоволення.
34. а) У складних ситуаціях треба діяти випробуваними способами - це гарантує успіх. б) У складних ситуаціях треба знаходити принципово нові рішення.
35. а) Люди рідко дратують мене. б) Люди часто мене дратують.
36. а) Якби була можливість повернути минуле, я б там багато чого змінив. б) Я задоволений своїм минулим і не хочу в ньому нічого змінювати.
37. а) Головне в житті - приносити користь і подібатися людям. б) Головне в житті - робити добро і служити істині.
38. а) Іноді я боюся видатися занадто ніжним. б) Я ніколи не боюсь здатися занадто ніжним.
39. а) Я вважаю, що виразити свої почуття звичайно важливіше, ніж обдумувати ситуацію. б) Не варто необдуманно виражати свої почуття, не зваживши ситуацію.
40. а) Я вірю в себе, коли відчуваю спроможність впоратися із завданнями, що стоять переді мною. б) Я вірю в себе навіть тоді, коли нездатний впоратися зі своїми проблемами.

41. а) Здійснюючи вчинки, люди керуються взаємними інтересами. б) За своєю природою люди схильні піклуватися лише про власні інтереси.
42. а) Мене цікавлять усі нововведення у моїй професійній сфері. б) Я скептично ставлюся до більшості нововведень у своїй професійній сфері.
43. а) Я думаю, що творчість повинна приносити користь людям. б) Я вважаю, що творчість повинна приносити людині задоволення.
44. а) У мене завжди є своя власна точка зору щодо важливих питань. б) Формуючи свою точку зору, я схильний прислухатися до думок поважних та авторитетних людей.
45. а) Секс без любові не є цінністю. б) Навіть без любові секс - дуже значуща цінність.
46. а) Я відчуваю себе відповідальним за настрої співрозмовника. б) Я не відчуваю себе відповідальним за це.
47. а) Я легко мирюся зі своїми слабкостями. б) Змиритися зі своїми слабкостями мені нелегко.
48. а) Успіх у спілкуванні залежить від того, наскільки людина здатна розкрити себе іншому. б) Успіх у спілкуванні залежить від уміння підкреслити свої достоїнства і приховати недоліки.
49. а) Моє почуття самоповаги залежить від того, чого я досяг. б) Моя самоповага не залежить від моїх досягнень.
50. а) Більшість людей звикли діяти «по траєкторії найменшого опору». б) Думаю, що більшість людей до цього не схильні.
51. а) Вузька спеціалізація необхідна для справжнього вченого. б) Поглиблення у вузьку спеціалізацію робить людину обмеженою.
52. а) Дуже важливо, чи є у людини в житті радість пізнання та творчості. б) У житті дуже важливо приносити користь людям.
53. а) Мені подобається брати участь в палких суперечках. б) Я не люблю суперечок.
54. а) Я цікавлюся передбаченнями, гороскопами, астрологічними прогнозами. б) Подібні речі мене не цікавлять.
55. а) Людина повинна трудитися заради задоволення своїх потреб та блага своєї сім'ї. б) Людина повинна трудитися, щоб реалізувати свої здібності та бажання.
56. а) У вирішенні особистих проблем я керуюся загальноприйнятими уявленнями. б) Свої проблеми я вирішую так, як вважаю за потрібне.

57. а) Воля потрібна для того, щоб стримувати бажання і контролювати почуття. б) Головне призначення волі - стимулювати зусилля і збільшувати енергію людини.
58. а) Я не соромлюся своїх слабкостей перед друзями. б) Мені нелегко виявляти свої слабкості навіть перед друзями.
59. а) Людині властиво прагнути нового. б) Люди прагнуть нового лише за потребою.
60. а) Я думаю, що невірним є вираз «Вік живи - вік учись». б) Вираз «Вік живи - вік учись» я вважаю правильним.
61. а) Я думаю, що сенс життя полягає у творчості. б) Навряд чи у творчості можна знайти сенс життя.
62. а) Мені буває непросто познайомитися з людиною, яка мені симпатична. б) Я не відчуваю труднощів, знайомлячись з людьми.
63. а) Мене засмучує, що значна частина життя проходить даремно. б) Не можу сказати, що якась частина мого життя проходить даремно.
64. а) Обдарованій людині неприпустимо нехтувати своїм обов'язком. б) Талант і здібності означають більше, ніж обов'язок.
65. а) Мені добре вдається маніпулювати людьми. б) Я вважаю, що маніпулювати людьми неетично.
66. а) Я намагаюся уникати прикростей. б) Я роблю те, що вважаю за потрібне, не рахуючись з можливим засмученням.
67. а) У більшості ситуацій я не можу дозволити собі бешкетувати. б) Існує безліч ситуацій, де я можу дозволити собі бешкетувати.
68. а) Критика на мою адресу знижує мою самооцінку. б) Критика практично не впливає на мою самооцінку.
69. а) Заздрість властива тільки невдахам, які вважають, що їх обійшли. б) Більшість людей заздрісні, хоча і намагаються це приховати.
70. а) Вибираючи для себе справу, людина повинна враховувати його суспільну значимість. б) Людина повинна займатися перш за все тим, що йому цікаво.
71. а) Я думаю, що для творчості необхідні знання в обраній сфері. б) Я думаю, що знання для цього зовсім не обов'язкові.
72. а) Мабуть, я можу сказати, що живу з відчуттям щастя. б) Я не можу сказати, що живу з відчуттям щастя.
73. а) Я думаю, що люди повинні аналізувати себе і своє життя. б) Я вважаю, що самоаналіз приносить більше шкоди, ніж користі.

74. а) Я намагаюся знайти підстави навіть для тих своїх вчинків, які здійснию просто тому, що мені цього хочеться. б) Я не шукаю підстав для своїх дій і вчинків.
75. а) Я впевнений, що будь-хто може прожити своє життя так, як йому заманеться. б) Я думаю, що у людини мало шансів прожити своє життя, як хотілося б.
76. а) Про людину ніколи не можна сказати з упевненістю, добра вона чи зла. б) Зазвичай оцінити людину дуже легко.
77. а) Для творчості потрібно дуже багато вільного часу. б) Мені здається, що в житті завжди можна знайти час для творчості.
78. а) Зазвичай мені легко переконати співрозмовника в своїй правоті. б) У суперечці я намагаюся зрозуміти точку зору співрозмовника, а не переконати його.
79. а) Якщо я роблю щось виключно для себе, мені буває ніяково. б) Я не відчуваю незручності у такій ситуації.
80. а) Я вважаю себе творцем свого майбутнього. б) Навряд чи я сильно впливаю на власне майбутнє.
81. а) Вислів «Добро має бути з кулаками» я вважаю правильним. б) Навряд чи вірним є вираз «Добро має бути з кулаками».
82. а) По-моєму, недоліки людей набагато помітніші, ніж їхні чесноти. б) Чесноти людини побачити набагато легше, ніж її недоліки.
83. а) Іноді я боюся бути самим собою. б) Я ніколи не боюсь бути самим собою.
84. а) Я намагаюся не згадувати про свої колишні неприємності. б) Час від часу я схильний повертатися до спогадів про минулі невдачі.
85. а) Я вважаю, що метою життя має бути щось значне. б) Я зовсім не вважаю, що метою життя неодмінно має бути щось значне.
86. а) Люди прагнуть до того, щоб розуміти і довіряти один одному. б) Знаходячись у колі власних інтересів, люди не розуміють інших.
87. а) Я намагаюся не бути «білою вороною». б) Я дозволяю собі бути «білою вороною».
88. а) У довірчій бесіді люди зазвичай щирі. б) Навіть в довірчій бесіді людині важко бути щирою.
89. а) Буває, що я соромлюся проявляти свої почуття. б) Я ніколи цього не соромлюся.
90. а) Я можу робити що-небудь для інших, не вимагаючи, щоб вони це оцінили. б) Я маю право очікувати від людей оцінки того, що я для них роблю.

91. а) Я виявляю свою прихильність до людини незалежно від того, чи взаємна вона. б) Я рідко виявляю свою прихильність до людей, не будучи впевненим, що вона взаємна.
92. а) Я думаю, що у спілкуванні треба відкрито виявляти своє невдоволення іншими. б) Мені здається, що у спілкуванні люди повинні приховувати взаємне невдоволення.
93. а) Я мирюся з протиріччями у самому собі. б) Внутрішні протиріччя знижують мою самооцінку.
94. а) Я прагну відкрито виражати свої почуття. б) Думаю, що у відкритому вираженні почуттів завжди є елемент нестриманості.
95. а) Я впевнений у собі. б) Не можу сказати, що я впевнений у собі.
96. а) Досягнення щастя не може бути головною метою людських відносин. б) Досягнення щастя - головна мета людських відносин.
97. а) Мене люблять, бо я на це заслуговую. б) Мене люблять, бо я сам здатен любити.
98. а) Нерозділене кохання здатне зробити життя нестерпним. б) Життя без любові гірше, ніж нерозділене кохання у житті.
99. а) Якщо розмова не вдалася, я пробую вибудувати її по-іншому. б) Зазвичай в тому, що розмова не склалася, винна неухважність співрозмовника.
100. а) Я намагаюся справити на людей гарне враження. б) Люди бачать мене таким, який я є насправді.

Дякуємо за співпрацю!

Тестові завдання для визначення рівня сформованості знань з професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів

Призначення. Визначення рівня сформованості знань з професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів

Інструкція. Підкресліть одну правильну, на Вашу думку, відповідь. Дві або більше позначених відповідей будуть вважатися як неправильні. Бажаємо успіху!

ПІБ студента _____

1. Головними ознаками занять з фізичної рекреації є:

- а) містить культурно-ціннісні аспекти, включає інтелектуальні, емоційні та фізичні компоненти, реалізується виключно під керівництвом фахівця;
- б) має виховні та освітні аспекти, характеризується наявністю певних рекреаційних послуг, має визначену науково-методичну базу;
- в) базується на руховій активності, головними засобами є фізичні вправи, реалізується у вільний час, виконується на добровільних засадах, реалізується переважно в природних умовах ;
- г) має певну науково-методичну базу, містить культурно-аксіологічний компонент, реалізується на самодіяльних засадах, сприяє досягненню високого рівня фізичного стану.

2. Непряма калориметрія – це метод оцінки:

- а) фізичного стану;
- б) надлишкової маси тіла;
- в) обсягу рухової активності;
- г) фізичної працездатності.

3. До екзогенних чинників ризику розвитку хронічних неінфекційних захворювань належить...

- а) вік понад 40 років;
- б) несприятлива спадковість;
- в) забруднення довкілля;
- г) надлишкова маса тіла.

4. До засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності не відноситься....

- а) туристичні походи;
- б) рекреаційні ігри;
- в) квести;
- г) мультиспортивні гонки.

5. Здатність виконувати вправи з великою амплітудою це:

- а) еластичність;
- б) стрейтчинг;
- в) гнучкість;
- г) розтягування.

6. Загальну інтенсивність навантаження для клієнтів, які приймають гіпотензивні препарати краще оцінювати за наступним методом...

- а) шкала Борга;
- б) розрахунок ЧСС тренувальної;
- в) розрахунок ЧСС максимальної;
- г) вимірювання артеріального тиску.

7. Неконтрольованими факторами, які викликають ризик серцево-судинних захворювань є:

- а) вік, шкідливі звички;
- б) нераціональне харчування, куріння;
- в) стать, вік;
- г) гіподинамія, нервові перенапруження.

8. Що не є фактором ризику розвитку захворювань серця у чоловіків?

- а) АТ 146/95 мм рт.ст;
- б) обхват талії 90 см;
- в) смерть батька від серцевого настану в віці 58 років;
- г) рівень холестерину в крові 25 мг.дл⁻¹

9. Залежно від засобу пересування існують наступні види туризму:

- а) оздоровчий;
- б) пригодницький;
- в) водний;
- г) спортивний.

10. Як в оздоровчій аеробіці називаються заняття, в яких виконуються вправи на спеціальній платформі з регульованою висотою підйому?

- а) фітбол (Fitbol);
- б) аквааеробіка (Aqua-aerobics);
- в) степ-аеробіка (Step-up);
- г) слайд аеробіка (Slide).

11. Експрес-оцінка рівня соматичного здоров'я визначається за методикою...

- а) Баєвського Р. М.;
- б) Апанасенко Г. Л.;
- в) Підвисоцького І. Б.;
- г) Погасія В. А.

12. Клієнт - 30 років, ЧСС_{спок} якого складає 70 уд/хв⁻¹. Оптимальним діапазоном ЧСС_{трен.}, розрахованої для програми аеробних вправ з інтенсивністю 50–85 % ЧСС_{макс} буде...

- а) від 143 до 162 уд/хв⁻¹;
- б) від 130 до 172 уд/хв⁻¹;
- в) від 135 до 149 уд/хв⁻¹;
- г) від 105 до 119 уд/хв⁻¹

13. Яка інтенсивність навантаження за шкалою Борга буде доцільною для особи похилого віку з низьким рівнем фізичного стану за програмою аеробного тренування?

- а) 4-7 балів;
- б) 12-16 балів;
- в) 9-11 балів;
- г) 18-20 балів.

14. У пробі з 20 присіданнями за 30 с пульс збільшився від 70 до 92 за 1 хв, артеріальний тиск – від 120/80 до 130/80 рт.ст.; відновлення їх відбулося на 2 хв відпочинку. Таку реакцію системи кровообігу слід вважати:

- а) гіпертонічною;
- б) дистонічною;
- в) нормотонічною;
- г) атонічною.

15. Оптимальним методом розучування комбінацій у базовій аеробіці для клієнтів з низьким рівнем підготовленості є:

- а) попередній показ;
- б) додавання;
- в) ділення навпіл;
- г) лінійна прогресія.

16. За норму рухової активності для осіб зрілого віку прийнято вважати:

- а) мінімум 1200-1500 ккал на спеціально-організовану рухову активність;
- б) мінімум 800 – 1000 ккал на спеціально-організовану рухову активність;
- в) мінімум 1800-2000 ккал на спеціально-організовану рухову активність;
- г) мінімум 2000-2500 ккал на спеціально-організовану рухову активність.

17. До методів визначення зайнятості людини відноситься:

- а) опитування, анкетування, методи оцінки рухової активності;
- б) термометрія, антропометрія, велоергометрія;
- в) соціологічні методи, експертна оцінка;
- г) хронометраж, моніторинг ЧСС, контент-аналіз.

18. Які вправи не доцільно застосовувати для осіб із гіпертензією:

- а) силові вправи;
- б) аеробні вправи;
- в) прийом Вальсальви;
- г) дихальні вправи з подовженим видихом.

19. В заняттях з базової аеробіки для початківців не застосовують наступний крок:

- а) Mambo;
- б) Reverse;
- в) Lift side;
- г) March.

20. До принципу «пріоритету» у силовому фітнесі відноситься:

- а) тренування спочатку атрофічних м'язів, потім гіпертрофічних;
- б) тренування спочатку малих м'язових груп, потім великих;
- в) тренування спочатку великих м'язових груп, потім малих;
- г) виконання спочатку ізолюючих вправ, потім базових.

21. Спліт це:

- а) виконання вправи по частинам або в цілому;
- б) виконання вправ, в яких задіяні м'язи-антагоністи в один день;
- в) виконання швидко-силових вправ;
- г) розподіл програми на частини, кожна з яких виконується в окремий день.

22. До деяких принципів системи Пілатеса відносять:

- а) дихання, баланс, нейтральність;
- б) контроль, концентрація, центрування;
- в) плавність, статичність, послідовність;
- г) свідомо релаксація, регулярність, динамічність.

23. Принципи регулювання інтенсивності навантаження в аквафітнесі визначаються за формулою:

- а) H.E.A.T;
- б) A.V.Y.S.S.S;
- в) F.A.T;
- г) S.W.E.A.T.

24. До базових вправ в аквафітнесі не відноситься?

- а) перекат;
- б) маятник;
- в) скелелаз;
- г) стрибунець.

25. Яка фітнес-програма не є авторською і не потребує отримання ліцензії на проведення?

- а) ZUMBA fitness;
- б) АЕРОБІКА;
- в) ТАЕ-ВО;
- г) BODY PUMP.

26. Наприкінці II триместру вагітності не слід застосовувати...

- а) вправи у в.п. – сидячи;
- б) вправи у в.п. - на боку;
- в) вправи у в.п. – стоячи;
- г) вправи у в.п. - на спині.

27. В аеробіці на 2 рахунки виконуються наступні базові кроки:

- а) Step-touch, Scoop, Heel dig;
- б) Mambo, Double step touch, Squat;
- в) Basic step, Push touch, Pivot turn;
- г) Two step, V-step, Slide.

28. Музичний квадрат в аеробіці – це:

- а) 4 рахунки;
- б) 8 рахунків;
- в) 32 рахунки;
- г) 16 рахунків.

29. Оптимальним темпом музичного супроводження в основній частині заняття з базової аеробіки для клієнтів з низьким рівнем підготовленості вважають:

- а) 128-132 BPM;
- б) 130-140 BPM;
- в) 140-165 BPM;
- г) 110-120 BPM.

30. До наукових теорій фізичної рекреації відносять:

- а) теорія ціннісно-аксіологічна, біологічна, культурно-дозвіллева, соціальна;
- б) теорія мотивації діяльності, вікового розвитку, втоми та відновлення, адаптації, функціональних резервів;
- в) теорія гендерна, диференціації, комунікаційна, адаптаційна;
- г) теорія відновлення, кількісна, діяльна, інтеграційна, психологічна.

31. Яку різницю у ЧСС приймають за нормальну під час проведення ортостатичної проби?

- а) 12-18 уд./хв⁻¹;
- б) 8-12 уд./хв⁻¹;
- в) 20-25 уд./хв⁻¹;
- г) 26-30 уд./хв⁻¹

32. До фітнес-програм напрямку «Mind&Body» відносяться...

- а) хатха-йога, степ-аеробіка;
- б) су-джок, функціональний тренінг;
- в) система Пілатеса, система Фельденкрайза;
- г) рольфінг, нордична ходьба.

33. Заняття в басейні для вагітних жінок (за відсутності протипоказань) рекомендуються у...

- а) першому триместрі;
- б) другому триместрі;
- в) протягом усього періоду вагітності;
- г) третьому триместрі.

34. Розвиток максимальної сили досягається за рахунок...

- а) невеликого числа повторень і невеликої величини опору;
- б) значного числа повторень і невеликої величини опору;
- в) невеликого числа повторень і значної величини опору;
- г) значного числа повторень і значної величини опору.

35. При застосуванні силових вправ величину обтяження дозують кількістю можливих повторень в одному підході, що визначається терміном...

- а) об'єм силового навантаження;
- б) силовий індекс;
- в) ваго-силовий показник;
- г) повторний максимум.

36. Ізолюючими вправами не є:

- а) жим гантелей лежачі;
- б) підйом гантелей нагору через сторони;
- в) розводка гантелей лежачі;
- г) згинання однієї руки сидячі на лавці Скота.

37. У базовій аеробіці використовують музичний супровід з таким музичним розміром...

- а) 4/4;
- б) 3/4;
- в) 2/4;
- г) 6/8.

38. До базових вправ, що використовуються для розвитку м'язів нижніх кінцівок не належить:

- а) розгинання гомілки у тренажері сидячі;
- б) тяга штанги стоячі на прямих ногах;
- в) присідання зі штангою на плечах;
- г) присідання у тренажері Сміта.

39. Згідно з індексом маси тіла, надлишкова маса тіла здорової людини визначається показником...

- а) $< 18,5 \text{ кг/м}^2$;
- б) $25-29,9 \text{ кг/м}^2$;
- в) $18,5-24,9 \text{ кг/м}^2$;
- г) $30 - 40 \text{ кг/м}^2$.

40. Динамічний стретчинг в занятті з аеробіки застосовується:

- а) у заключний частині;
- б) у підготовчій частині;
- в) у силовій частині;
- г) за необхідності.

41. Команди в базовій аеробіці класифікують на:

- а) голосові, своєчасні;
- б) візуальні, голосові;
- в) постійні, лаконічні;
- г) голосні, чіткі.

42. Заняття аквафітнесом для початківців має назву:

- а) aqua – beginners;
- б) aqua – mix;
- в) aqua – nudls;
- г) aqua – stretching.

43. Під поняттям «загальний фітнес» розуміють:

- а) система заходів, спрямованих на відновлення втрачених функцій;
- б) оптимальна якість життя, яка вміщує соціальні, розумові, духовні та фізичні компоненти;
- в) система заходів, спрямованих на підвищення мотивації до рухової активності;
- г) досягнення та підтримання гарного фізичного стану.

44. Які фізичні якості не розвиваються на занятті за системою Пілатес?:

- а) гнучкість;
- б) координація;
- в) силова витривалість;
- г) швидкісні якості.

45. Фізичний розвиток - це:

- а) процес формування у людини рухових умінь та навичок;
- б) комплекс ознак, які характеризують морфо-функціональний стан організму;
- в) комплексна система оздоровчого спрямування;
- г) процес цілеспрямованого систематичного впливу на людину за допомогою фізичних вправ.

46. До основних компонентів аквафітнесу відноситься?

- а) дистанційне плавання, спортивне плавання, нові форми рухової активності в умовах водного середовища;
- б) аквабілдінг, акваджогінг, нові форми рухової активності в умовах водного середовища;
- в) ігри у воді, спортивне плавання, нові форми рухової активності в умовах водного середовища;
- г) дистанційне плавання, ігри у воді, нові форми рухової активності в умовах водного середовища.

47. Для вагітних жінок важливим компонентом тренування є...

- а) вправи Купера;
- б) вправи Смита;
- в) вправи Кегеля;
- г) вправи Іванова;

48. В заняттях із степ-аеробіки для початківців не застосовують наступний крок...

- а) Mambo;
- б) Back Side;
- в) Lift side;
- г) Basic step.

49. Для оцінки ефективності фітнес-програм поточний контроль доцільно проводити через:

- а) 4-6 тижнів;
- б) 10-12 тижнів;
- в) 14-16 тижнів;
- г) 16-18 тижнів.

50. З якою частотою музичних акцентів в хвилину рекомендують використовувати музичне супроводження для аеробіки з високим ударним навантаженням (High impact)?

- а) понад 200 музичних акцентів в хвилину;
- б) від 120 до 130 музичних акцентів в хвилину;
- в) від 140 до 160 музичних акцентів в хвилину;
- г) від 90 до 120 музичних акцентів в хвилину.

Дякуємо за співпрацю!

Діагностична карта оцінювання дослідницьких здібностей

№ з/п	Показники	1 експерт (3-0)	2 експерт (3-0)	Самооцінка (3-0)	Середній бал (3-0)
1	Здатність до виявлення та формулювання наукової проблеми, вибору теми й обґрунтування її актуальності				
2	Здатність до виявлення та формулювання об'єкта та предмета дослідження				
3	Здатність до постановки цілей і конкретних завдань дослідження				
4	Здатність до планування дослідницької роботи, складання її змісту				
5	Здатність до системного аналізу науково-методичної літератури за темою дослідження				
6	Здатність до вибору методів дослідження, його організації та реалізації				
7	Здатність до обробки даних із застосуванням інформаційних технологій та методів математичної статистики				
8	Здатність до інтерпретації результатів				
9	Здатність до формулювання висновків				
10	Здатність до оформлення роботи та її презентації				
Загальний бал					30-10

Дякуємо за співпрацю!

Діагностична карта оцінювання сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів

Призначення. Оцінювання сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів.

Інструкція. Оцініть кожний показник професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера від 3 до 1 бала.

№ з/п	Показники за видами професійної компетентності	Оцінювання, бали (3-1)	Аеробіка	Аквааеробіка	Ментальний фітнес	Силовий фітнес, функц.тренинг	Озд.туризм	Рекреаційні ігри	Середній показник
I. Дидактично-рухова субкомпетентність									
1	Володіння базовим рівнем рухової культури	1 експерт							
		2 експерт							
		Самооцінка							
2	Володіння технологіями навчання руховим діям за видами оздоровчого фітнесу та рекреації	1 експерт							
		2 експерт							
		Самооцінка							
3	Здатність добирати специфічні методи та засоби розвитку (виховання) фізичних якостей (корекції психофізіологічних станів) у т.ч. із застосуванням обладнання відповідно до завдань, віку та фізичного стану клієнтів	1 експерт							
		2 експерт							
		Самооцінка							
<i>Разом за дидактично-руховою компетентністю (3-1)</i>									

II. Проектувально--конструкторська субкомпетентність								
4	Володіння технологіями стратегічного та тактичного планування фітнес-програм (анімаційних програм, походу) з визначенням етапу, мети, загальних та спеціальних завдань, засобів, обладнання, раціональних параметрів рухової активності, інтенсивності, форм організації, методів контролю, критеріїв ефективності для осіб різної статі, віку та фізичного стану	1 експерт						
		2 експерт						
		Самооцінка						
<i>Разом за проектувально--конструкторською компетенцією (3-1)</i>								
III. Контрольно-аналітична субкомпетентність								
5	Здатність до виявлення технічних та методичних помилок	1 експерт						
		2 експерт						
		Самооцінка						
6	Володіння методиками проведення етапного, оперативного та поточного контролю стану здоров'я, фізичного розвитку, факторів ризику розвитку захворювань, функціонального стану серцево-судинної, дихальної систем організму, нервово-психічного статусу, фізичної підготовленості та фізичної працездатності осіб різного віку та статі та відповідної інтерпретації даних	1 експерт	×	×	×	×	×	×
		2 експерт	×	×	×	×	×	×
		Самооцінка	×	×	×	×	×	×
<i>Разом за контрольно-аналітичною компетенцією (3-1)</i>								

IV. Організаційно-регулятивна субкомпетентність									
7	Здатність до координації, забезпечення зворотного зв'язку, саморегуляції та реалізації запланованих завдань на практиці на основі оптимального розподілу ресурсів та регуляції параметрів навантаження / групової динаміки тощо	1 експерт							
		2 експерт							
		Самооцінка							
8	Здатність до створення на занятті позитивного емоційного фону, прояву експресивності, артистичності, педагогічного такту	1 експерт							
		2 експерт							
		Самооцінка							
9	Уміння перевірити придатність до експлуатації спеціального обладнання та інвентарю	1 експерт							
		2 експерт							
		Самооцінка							
10	Уміння надавати першу медичну допомогу при травмах та гострих патологічних станах, які можуть виникнути під час занять з фітнесу.	1 експерт	×	×	×	×	×	×	
		2 експерт	×	×	×	×	×	×	
		Самооцінка	×	×	×	×	×	×	
<i>Разом за організаційно-регулятивною компетенцією (3-1)</i>									
V. Мотиваційно-комунікативна субкомпетентність									
11	Володіння базовими методами ведення мотиваційної консультативної бесіди з питань техніки безпеки використання спеціального обладнання, поведінки в клубі, санітарно-гігієнічних вимог; з проблем формування знань зі здорового способу життя, збалансованого та раціонального харчування, самоконтролю тощо;	1 експерт	×	×	×	×	×	×	
		2 експерт	×	×	×	×	×	×	
		Самооцінка	×	×	×	×	×	×	

12	Володіння базовими методами безконфліктного інтерактивного спілкування	1 експерт	×	×	×	×	×	×	
		2 експерт	×	×	×	×	×	×	
		Самооцінка	×	×	×	×	×	×	
<i>Разом за мотиваційно-комунікативною компетентністю (3-1)</i>									
VI. Маркетингово-комерційна субкомпетентність									
13	Володіння технологіями продажу групових та персональних фітнес-послуг та супутніх оздоровчих послуг з метою задоволення потреб клієнта (володіння базовими методами виявлення потреб, самопрезентації і презентації фітнес-послуги, претензійної роботи, аргументації, мотивування тощо)	1 експерт	×	×	×	×	×	×	
		2 експерт	×	×	×	×	×	×	
		Самооцінка	×	×	×	×	×	×	
<i>Разом за маркетингово-комерційною компетентністю (3-1)</i>									
Рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів									6-18

Дякуємо за співпрацю!

Методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» (за В. В. Бойко)

Призначення. Діагностика рівня емпатійних здібностей

Інструкція. Тест має 36 тверджень, на які необхідно зафіксувати в бланку відповідей напроти номера твердження «+» («так») у випадку згоди або «-» («ні») у випадку заперечення.

1. У мене є звичка уважно вивчати обличчя й поведінку людей, щоб зрозуміти їхній характер, схильності, здібності.
2. Я залишаюся спокійним, якщо люди, що мене оточують, виявляють ознаки нервозності.
3. Я більше довіряю доказам свого розуму, ніж інтуїції.
4. Я вважаю цілком доречним для себе цікавитися домашніми проблемами товаришів.
5. Я можу легко увійти в довіру до людини, якщо буде потрібно.
6. Зазвичай я з першої ж зустрічі відчуваю «близьку душу» у новій людині.
7. Я з цікавості зазвичай починаю розмову з випадковими подорожніми.
8. Я втрачаю душевну рівновагу, якщо люди, що мене оточують, чимось пригнічені.
9. Моя інтуїція – більш надійний засіб розуміння оточуючих, ніж знання чи досвід.
10. Виявляти цікавість до внутрішнього світу іншої особи – це нетактовно.
11. Часто своїми словами я ображаю близьких мені людей, не помічаючи цього.
12. Я легко можу уявити себе якою-небудь твариною, відчуті її повадки і стан.
13. Я нечасто думаю про причини вчинків людей, які безпосередньо зі мною пов'язані.
14. Я нечасто беру близько до серця проблеми своїх друзів.
15. У мене хороша інтуїція.
16. У спілкуванні з діловими партнерами зазвичай намагаюся уникати розмов про особисте.
17. Іноді близькі дорікають мені за черствість, неухважність до них.
18. Мені легко вдається копіювати інтонацію, міміку людей.
19. Мій допитливий погляд часто бентежить нових партнерів.
20. Чужий сміх зазвичай передається мені.
21. Часто, діючи навмання, я однак знаходжу правильний підхід до людини.
22. Плакати від щастя нерозумно.

23. Я здатний повністю злитися з коханою людиною, розчинившись в ній.
24. Мені нечасто зустрічалися люди, яких би я розумів без зайвих слів.
25. Я мимовільно або з цікавості часто підслуховую розмови сторонніх.
26. Я можу залишатися спокійним, навіть якщо всі навколо мене хвилюються.
27. Мені простіше підсвідомо відчувати сутність людини, ніж зрозуміти її.
28. Я спокійно ставлюся до дрібних неприємностей, які трапляються у когонебудь з членів сім'ї.
29. Мені було б важко довірливо розмовляти з настороженою, замкнутою людиною.
30. У мене творча натура – музикальна, художня, артистична.
31. Я без особливої цікавості вислуховую сповіді нових знайомих.
32. Я засмучуюсь, якщо бачу, як плаче людина.
33. Моє мислення більше вирізняється конкретністю, строгістю, послідовністю, ніж інтуїцією.
34. Коли друзі починають говорити про свої неприємності, я намагаюся перевести розмову на іншу тему.
35. Коли я бачу, що в когось з близьких погано на душі, то зазвичай утримуюся від розпитувань.
36. Мені важко зрозуміти, чому дрібниці можуть так сильно засмучувати людей.

Дякуємо за співпрацю!

Діагностика комунікативних та організаторських здібностей (КОЗ-2)

Призначення. Діагностика комунікативних та організаторських здібностей

Інструкція. Перед Вами 40 питань, на які Вам необхідно відповісти «та чи ні». Не слід витратити багато часу на обдумування, відповідайте швидко й чесно, поставивши позначку під вибраною відповіддю в бланку.

1. Чи маєте Ви бажання вивчати людей, зав'язувати знайомства з різними людьми?
2. Чи подобається Вам займатися суспільною роботою?
3. Чи довго Вас непокоїть почуття образи, спричиненої Вам кимось із Ваших друзів?
4. Чи завжди Вам важко орієнтуватися в складній критичній ситуації?
5. Чи багато у Вас друзів, з якими Ви постійно спілкуєтесь?
6. Чи часто Вам вдається переконати більшість своїх друзів у правильності прийняття Вашої думки?
7. Чи правда, що Вам приємніше і простіше проводити час з книжками чи за якоюсь іншою справою, аніж спілкуватися з людьми?
8. Якщо виникли певні труднощі в здійсненні Ваших намірів, то чи легко Вам відмовитися від них?
9. Чи легко Ви встановлюєте контакти з людьми, які значно старші Вас за віком?
10. Чи любите Ви організовувати й вигадувати з товаришами різноманітні ігри та розваги?
11. Чи важко Вам входити в нові для Вас компанії?
12. Чи часто Ви відкладаєте на інший день справи, які потрібно було б виконати сьогодні?
13. Чи легко Вам встановлювати контакти з незнайомими людьми?
14. Чи досягаєте Ви того, щоб Ваші товариші діяли відповідно до Вашої думки?
15. Чи важко Вам освоюватись у новому колективі?
16. Чи правда, що у Вас не виникає конфліктів з товаришами через невиконання ними своїх обіцянок, обов'язків?
17. Чи намагаєтесь Ви за зручних обставин познайомитися й поговорити з новими людьми?
18. Чи часто у вирішенні важливих справ Ви берете ініціативу на себе?

19. Чи дратують Вас оточуючі, і чи не хочеться Вам побути на самоті?
20. Чи правда те, що Ви зазвичай погано орієнтуєтесь у незнайомій ситуації?
21. Чи подобається Вам завжди знаходитися серед людей?
22. Чи виникає у Вас роздратування, коли Вам не вдається завершити розпочату справу?
23. Чи відчуваєте Ви труднощі, якщо потрібно виявити ініціативу, щоб познайомитися з новою людиною?
24. Чи правда, що Ви втомлюєтеся від частого спілкування з товаришами?
25. Чи подобається Вам брати участь у колективних іграх?
26. Чи часто Ви проявляєте ініціативу при вирішенні питань, які зачіпають інтереси Ваших товаришів?
27. Чи правда те, що Ви почуваєте себе невпевнено серед незнайомих людей?
28. Чи правда, що Ви нечасто відстоюєте свою правоту?
29. Чи вважаєте ви, що Вам вдається без особливих труднощів внести позбавлення в малознайому групу?
30. Чи берете Ви участь у суспільній роботі інституту (школи, на виробництві)?
31. Чи намагаєтесь Ви обмежити коло своїх товаришів?
32. Чи правда, що Ви не намагаєтесь відстоювати свою думку чи рішення, якщо воно не було відразу прийняте групою?
33. Чи почуваєте Ви себе вільно, потрапивши в незнайомий колектив?
34. Чи із задоволенням Ви беретеся за організацію різних заходів для своїх товаришів?
35. Чи правда, що Ви не почуваєте себе достатньо впевнено і спокійно, коли потрібно щось говорити великій групі людей?
36. Чи часто Ви запізнюєтесь на ділові зустрічі й побачення?
37. Чи правда, що у Вас багато друзів?
38. Чи часто Ви опиняєтесь у центрі уваги?
39. Чи часто Ви соромитесь, ніяковієте при спілкуванні з малознайомими людьми?
40. Чи правда, що Ви не дуже впевнено почуваєте себе в оточенні великої групи товаришів?

Дякуємо за співпрацю!

**Діагностика лідерських здібностей
(за Є. Жаріковим, Е. Крушельницьким)**

Призначення тесту. Методика дозволяє оцінити здатність людини бути лідером.

Інструкція. Вам пропонується 50 висловлювань, на які потрібно дати відповідь «так» чи «ні». Середнього значення у відповідях не передбачено. Довго не замислюйтеся над висловлюваннями. Якщо є сумніви, все-таки зробіть позначку на «+» або «-» («а» або «б») на користь тієї альтернативної відповіді, до якої Ви найбільше схилиєтеся.

ПІБ _____ Вік _____

№ з/п	Твердження	Так/а	Ні/б
1	Чи часто ви буваєте в центрі уваги оточуючих ?		
2	Чи вважаєте ви, що багато з оточуючих вас людей є успішнішими, ніж ви?		
3	Знаходячись на зборах людей, рівних вам за соціальним статусом, чи відчуваєте ви бажання не висловлювати своєї думки, навіть коли це необхідно?		
4	Коли ви були дитиною, чи подобалося вам бути лідером серед однолітків?		
5	Чи відчуваєте ви задоволення, коли вам вдається переконати когось у чомусь?		
6	Чи є випадки, коли вас називають нерішучою людиною?		
7	Чи згодні ви зі твердженням: «Усе найкорисніше у світі є результатом діяльності невеликого числа видатних людей»?		
8	Чи відчуваєте ви нагальну потребу в пораднику, який міг би спрямувати вашу професійну активність?		
9	Чи втрачали ви іноді рівновагу в розмові з людьми?		
10	Чи приносить вам задоволення бачити, що оточуючі побоюються вас?		
11	Чи ви намагаєтеся займати за столом (на зборах, в компанії і т. п.) таке місце, яке дозволяло б вам бути в центрі уваги й контролювати ситуацію?		
12	Чи ви вважаєте, що справляєте на людей сильне (незабутнє) враження?		
13	Чи вважаєте ви себе мрійником?		

14	Чи ви розгублюєтеся, якщо люди, які оточують вас, висловлюють незгоду з вами?		
15	Чи доводилося вам за особистою ініціативою організувати трудові, спортивні та інші команди і колективи?		
16	Якщо заплановане вами не дало очікуваних результатів, то ви: а) будете раді, якщо відповідальність за цю справу покладуть на кого-небудь іншого; б) візьмете на себе відповідальність і самостійно доведете справу до кінця.		
17	Яка з двох думок вам ближче? а) справжній керівник повинен сам робити ту справу, якою він керує, та особисто брати участь у ній; б) справжній керівник повинен тільки вміти керувати іншими і не обов'язково робити справу сам.		
18	З ким ви віддасте перевагу працювати? а) з покiрними людьми; б) з незалежними й самостійними людьми.		
19	Чи намагаєтеся ви уникати гострих дискусій?		
20	Коли ви були дитиною, чи часто Ви стикалися з владністю вашого батька?		
21	Чи вдається Вам у дискусії на професійну тему схилити на свою сторону тих, хто раніше був з вами не згоден?		
22	Уявіть собі собі таку картину: під час прогулянки з друзями по лісі ви загубили дорогу. Наближається вечір, і потрібно приймати рішення. Як ви діятимете? а) дозволите ухвалити рішення найбільш компетентному; б) просто не будете нічого робити, розраховуючи на інших.		
23	Є таке прислів'я: «Краще бути першим на селі, ніж останнім у місті». Чи вона є справедливою?		
24	Чи вважаєте Ви себе людиною, що має вплив на інших?		
25	Чи може невдача змусити вас більше ніколи не проявляти ініціативу?		
26	Хто, на Вашу думку, є істинний лідер? а) найкомпетентніша людина; б) той, у кого найсильніший характер.		
27	Чи завжди Ви намагаєтеся зрозуміти й гідно оцінити людей?		
28	Чи поважаєте Ви дисципліну?		

29	Хто з наступних двох керівників для вас є авторитетніший? а) той, який все вирішує сам; б) той, який завжди радиться й прислухається до думок інших.		
30	Який із стилів керівництва, на вашу думку, найкращий для роботи в організації, у якій ви працюєте (або плануєте працювати)? а) колегіальний; б) авторитарний.		
31	Чи регулярно у Вас створюється враження, що інші використовують вас?		
32	Який із портретів більше нагадує вас? а) людина з гучним голосом, виразними жестами, за словом в кишеню не полізе; б) людина зі спокійним, тихим голосом, стриманий, задумливий.		
33	Як ви будете себе поводити на зборах або нараді, якщо вважаєте свою думку правильною, але інші з вами не згодні? а) промовчите; б) будете відстоювати свою думку.		
34	Чи підпорядковуєте ви свої інтереси й поведінку інших людей справі, якою займаєтесь?		
35	Чи виникає у Вас почуття тривоги, якщо на вас покладено відповідальність за якусь важливу справу?		
36	Що б Ви хотіли? а) працювати під керівництвом хорошої людини; б) працювати самостійно, без керівників.		
37	Як ви ставитеся до твердження: «Для того, щоб сімейне життя було гармонійним, необхідно, аби рішення в сім'ї приймав один із подружжя»? а) згоден; б) не згоден.		
39	Чи доводилося вам купувати що-небудь під впливом інших людей, а не керуючись власними потребами?		
39	Чи вважаєте Ви свої організаторські здібності хорошими?		
40	Як ви поводитье себе, зіткнувшись з труднощами? а) опускаєте руки; б) з'являється сильне бажання їх подолати.		

41	Чи дорікаєте Ви людям, якщо вони цього заслуговують?		
42	Чи вважаєте Ви, що ваша нервова система здатна витримати життєві навантаження?		
43	Як ви діяете, якщо вам запропонують реорганізувати вашу установу чи організацію? а) уведу потрібні зміни негайно; б) не буду поспішати й спочатку все ретельно обдумаю.		
44	Чи зможете Ви зупинити надто балакучого співрозмовника, якщо це необхідно?		
45	Чи згодні Ви з твердженням: «Для того, щоб бути щасливим, треба жити непомітно»?		
46	Чи вважаєте ви, що кожна людина повинна зробити щонебудь видатне?		
47	Ким би ви хотіли стати? а) художником, поетом, композитором, ученим, тренером; б) видатним керівником, політичним діячем, політиком.		
48	Яку музику вам приємніше слухати? а) могутню й урочисту; б) тиху й ліричну		
49	Чи відчуваєте Ви хвилювання, очікуючи зустріч з важливими і відомими людьми?		
50	Часто ви зустрічали людей з більш сильною волею, ніж ваша?		

Дякуємо за співпрацю!

Визначення рівня конфліктостійкості

Призначення. Дана методика дозволяє виявити основні стратегії поведінки в потенційній зоні конфлікту – міжособистісних суперечках – визначити рівень конфліктостійкості людини.

Інструкція. Уважно прочитайте й дайте оцінку кожній з десяти полярних думок, указаних у бланку, які більшою мірою властиві вашій поведінці. Для цього спочатку визначіть, яка з протилежних думок вам властива, а потім оцініть за п'ятибальною шкалою, наскільки вам близька кожна з наведених позицій.

Пам'ятайте, що проміжна графа 3 означає рівнозначну наявність обох якостей. Крайні ж значення 4-5 і 1-2 характеризують або ухилення від суперечок, або невимушену участь у вирішенні конфлікту.

Ухиляюся від суперечок	5-4-3-2-1	Прагну до суперечок
Ставлюся до конкурента без упередженості	5-4-3-2-1	Ставлюся до конкурента з упередженістю.
Маю адекватну самооцінку	5-4-3-2-1	Маю завищену самооцінку
Прислухаюся до думки інших	5-4-3-2-1	Не зважаю на думки інших
Не піддаюся на провокації	5-4-3-2-1	Легко піддаюся на провокації.
Поступаюся в суперечці, йду на компроміс	5-4-3-2-1	Не поступаюся в суперечці: перемога або поразка
Якщо обурююся, то потім відчуваю почуття провини	5-4-3-2-1	Якщо обурююся, то вважаю, що маю на це право
Витримую коректний, тактовний тон у суперечці	5-4-3-2-1	Допускаю нетактовний тон, що не терпить заперечень
Вважаю, що в суперечці не треба демонструвати свої емоції.	5-4-3-2-1	Вважаю, що в суперечці потрібно проявити сильний характер.
Вважаю, що суперечка – крайня форма вирішення конфлікту.	5-4-3-2-1	Вважаю, що суперечка необхідна для вирішення конфлікту.

Дякуємо за співпрацю!