стійкий інтерес до фізичного виховання і спорту.

Література

1. Брюханова Н. А. Оздоровительная аэробика: Метод, указания. Красноярск: ИПЦ КГТУ, 2004. 35 с.
2. Верховська, М. В., Рибницький, А. В. Фітбол-гімнастика як вид факультативних занять з фізичного виховання студентів вищої школи. Методичні вказівки. Мелітополь: Вид-во ТДАТУ, 2015. 87 с.
3. Смирнова Н. О. Использование фитнес-программ в практике физического воспитания студенческой молодежи. Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. 2009. Т. 15. № 4. С. 385 – 387.
4. Шестакова Т. А., Барановская Т. А., Солнцева Н. С. Материалы XLIV учебно-методической конференции профессорско-преподавательского состава, аспирантов, магистрантов, соискателей ТГПУ им. Л. Н. Толстого. 2017. С. 379 – 381.

References

1. Bryukhanova N. A. (2004) “Health aerobics: Method, instructions”. Krasnoyarsk: IPTs KSTU. 35 p.
2. Verkhovskaya, M. V., Rybnitsky, A. V. (2015) “Fitball-gymnastics as a type of elective classes in physical education of high school students”. Methodical instructions. Melitopol: TSATU Publishing House. 87 p.
3. Smirnova N. O. (2009) “The use of fitness programs in the practice of student youth physical education”. Bulletin of the Kostroma State University Nekrasov. V. 15. No. 4. Pp. 385 – 387.
4. Shestakova T. A., Baranovskaya T. A., Solntseva N. S. (2017) Proceedings of the XLIV educational and methodological conference of the faculty, graduate students, undergraduates, competitors of the TSPU named after. L. N. Tolstoy. Pp. 379 – 381.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.5(150).16
УДК 378-044.22:37.015.3+796.15.68

Паришкура Ю.В.,
доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання та здоров’я
Київський національний університет технологій та дизайну
Вихляєв Ю.М.
професор. доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичного виховання та здоров’я
Томич Л.М.,
кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання та здоров’я
Київський національний університет технологій та дизайну
Супрунюк М. В.,
старший викладач кафедри фізичної реабілітації
Національний університет «Чернігівська політехніка»

ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЇ ДЛЯ ФАХІВЦІВ ФІТНЕСУ ТА РЕКРЕАЦІЇ: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Зроблено спробу дослідити специфіку психологічної готовності до професійної діяльності, зокрема як основи майбутньої педагогічної діяльності фахівців фітнесу та рекреації у контексті психолого-педагогічну проблеми. Проведено теоретичний аналіз дослідження поняття «психологічна готовність» у сучасній науці та узагальнено характерні властивості, стани та психічні процеси особистості, що призводять до професійної діяльності у галузі знань 01 Освіта/Педагогіка.

Незважаючи на різні підходи у дослідженнях, більша частина авторів розглядають психологічну готовність як специфічне явище – інтегративне утворення, яке має складну, динамічну, багатокомпонентну структуру. Узагальнюючи дані досліджень з проблеми психологічної готовності до педагогічної діяльності, констатуємо той факт, що вони не взаємовиключають один одного, а розширюють, поглиблюють і доповнюють уявлення про складність і багатогранність поняття психологічної готовності до педагогічної діяльності. Виявлено, що у структурі професійної діяльності освітян більшість дослідників виділяють наявність: адекватної мотивації; загальних і спеціальних знань; професійних умінь і навичок; професійно важливих якостей особистості. Мотивація обумовлюється позитивним ставленням до професійної діяльності, в отриманні необхідного об’єму спеціальних і психологічних знань, професійних умінь і навичок, направленість на високі результати педагогічної діяльності, прагнення до професіоналізму.

Досліджено, що структура психологічної готовності до педагогічної діяльності складається з таких загальних компонентів, як: спрямованість, психолого-педагогічні знання і професійні вміння (частіше їх розглядають як основні характеристики компетентності педагога), здібності. Ці компоненти більша частина авторів виділяють як основні інтегральні характеристики. У ході дослідження було з’ясовано виділення у психології трьох основних рівнів психологічної готовності, як-от: рівень непрофесійної підготовки, перед-професійної підготовки, професійної підготовки. Для якісного функціонування навчально-тренувального процесу виявлення рівня психологічної готовності є дуже важливим, тому застосовуються різноаспектні психологічні методики, що працюють на рівні основних властивостей і станів особистості взагалі, та на рівні професійної компетентності та когнітивних можливостей майбутнього фахівця фітнесу та рекреації зокрема.

Ключові слова: *психологічна готовність, професійні компетентності, майбутній фахівець фітнесу та рекреації, педагогічна діяльність.*

Paryshkura Yu., Vykhliaiev Yu., Tomych L., Supronyuk M. Fundamentals of psychological readiness for the profession for fitness and recreation professionals: psychological and pedagogical problem.

An attempt is made to explore the specifics of psychological readiness for professional activity, in particular as a basis for future pedagogical activities of fitness and recreation professionals in the context of psychological and pedagogical problems. Theoretical analysis of the study of the concept of "psychological readiness" in modern science and summarizes the characteristics, states and mental processes of the individual that lead to professional activity in the field of knowledge 01 Education / Pedagogy.

Despite the different approaches in research, most authors consider psychological readiness as a specific phenomenon - an integrative formation that has a complex, dynamic, multicomponent structure. Summarizing research data on the problem of psychological readiness for teaching, we state the fact that they are not mutually exclusive, but expand, deepen and complement the idea of the complexity and diversity of the concept of psychological readiness for teaching. It was found that in the structure of professional activity of educators most researchers highlight the presence of: adequate motivation; general and special knowledge; professional skills and abilities; professionally important personality traits. Motivation is conditioned by a positive attitude to professional activity, in obtaining the necessary amount of special and psychological knowledge, professional skills and abilities, focus on high results of pedagogical activity, the desire for professionalism.

It is investigated that the structure of psychological readiness for pedagogical activity consists of such general components as: orientation, psychological and pedagogical knowledge and professional skills (more often they are considered as the main characteristics of teacher competence), ability. Most of the authors single out these components as the main integral characteristics. The study identified three main levels of psychological readiness in psychology, such as: the level of non-professional training, pre-vocational training, vocational training. Identifying the level of psychological readiness is very important for the quality functioning of the educational and training process, so various psychological techniques are used, working at the level of basic personality traits and states in general, and at the level of professional competence and cognitive abilities of future fitness and recreation specialists in particular.

Key word: *psychological readiness, professional competencies.*

Постановка проблеми. Сучасні вимоги ринку праці та загальносвітові тенденції потребують масштабних перетворень у системі української вищої освіти, зокрема це стосується підготовки фахівців у галузі Фізична культура і спорт, освітньо-професійної програми Фітнес та рекреація [1, 5, 9]. До фахівця даного напрямку висуваються вимоги, як професійно спрямованих компетентностей (знання, навички, рухові кондиції), так і загальноосвітніх і економічно-правових. Важливого значення набуває проблема формування та розвитку особистості в її основних професійних якостях [2, 8]. Нині становлення особистості майбутніх фітнес-тренерів, розвиток особистісного «Я», професійної самосвідомості, формування психологічної готовності до діяльності є не менш значущим, ніж високий рівень фахових знань.

Майбутній фітнес-тренер має усвідомити себе педагогом, осмислити та прийняти ті важливі обов'язки із розвитку й формування особистостей у процесі занять фізичними вправами, які складають його клієнтський контингент, зокрема діти й молодь, котрі регламентовані Національною державною програмою «Україна XXI століття» [1, 8]. Ці положення стосується всіх педагогів незалежно від їхнього фаху [6, 7]. Водночас практика свідчить, що молоді педагоги не завжди сприймають сутність даної професії як особистісні цілі й завдання, не можуть утілити у власній поведінці риси її соціальної ролі, а лише формально виконують професійні обов'язки й не повнію мірі. У силу високої конкуренції на ринку фітнес та рекреаційних послуг ці обставини можуть негативно вплинути на професійну затребуваність [1].

У зв'язку з цим актуальним постає проблема дослідження механізмів психологічної готовності та доцільність потреби у постійній адаптації педагогів, зокрема фітнес-тренерів до умов професійної діяльності. Проте, якщо одні з них, легко адаптуються до змін, то інші під впливом певних суб'єктивних та об'єктивних причин до них взагалі не готові [1]. Все це створює перешкоди для ефективної професійної діяльності, як молодих спеціалістів, так і тих, хто має значний досвідом роботи, як актуальної психолого-педагогічної проблеми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Висвітленню цієї проблеми присвячено роботи вітчизняних і зарубіжних авторів – Ю. Зеєра, Є. Климова, Н. Кузьміної, М. Маркової, В. Семиченко, В. Сластьоніна тощо. Зміст, форми та методи формування педагогічних умінь і навичок у контексті професійної підготовки розробляли С. Гончаренко, О. Дубасенюк, Н. Ничкало, Л. Сірін; особистість педагога – Г. Балл, І. Бех, В. Молянко, В. Рибалко. Розв'язанню проблем підготовки до різних видів діяльності присвятили свої дослідження Н. Кічук, З. Курлянд, Н. Нагорна, О. Пєхота, С. Сисоєва; педагогічній майстерності педагога – А. Макаренко, В. Сухомлинський, І. Зязюн, В. Семиченко, Н. Тарасевич [2, С.53].

Мета роботи полягає у спробі дослідити специфіку психологічної готовності до професійної діяльності для майбутніх фахівців фітнесу та рекреації, як психолого-педагогічну проблему.

Відповідно до поставленої мети передбачено постановка та вирішення завдань із проведення теоретичного аналізу дослідження поняття «психологічна готовність» у сучасній науці та узагальнення характерних властивостей, станів та психічних процесів особистості, що призводять до професійної діяльності у галузі знань 01 Освіта/Педагогіка.

Виклад матеріалу. Проблема готовності особистості до педагогічної діяльності, професія фітнес-тренер перед усім – це освітянська професія, що відповідає галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, стала об'єктом наукових і психологічних досліджень ще наприкінці XIX ст. У контексті психотехніки вивчалися різні сторони психічної готовності людини до праці, а також було введено поняття «установка» як загальна фізіологічна готовність організму до виконання того чи іншого виробничого завдання. Під психологічною готовністю особистості розуміють внутрішьоособистісне утворення, структура

якого охоплює риси характеру, розвиток професійно важливих пізнавальних процесів (увага, сприймання, мислення, пам'ять та ін.), психічний стан (позитивне ставлення до професії, мотиваційна налаштованість та ін.), прояви темпераменту тощо [1, 7]. Психологічна готовність, з одного боку, включає в себе арсенал професійних знань, умінь і навичок, а з другого – риси особистості (переконання, педагогічні здібності, інтереси, професійну пам'ять, мислення, увагу, педагогічну спрямованість думки, працездатність, емоційність, моральний потенціал), що забезпечують успішне виконання нею професійних педагогічних функцій. Психологічну готовність відносять до категорії психологічних станів, які характеризуються упевненістю у своїх силах, прагненням досягнути певної мети, високою стійкістю нервових процесів, саморегуляцією та самооцінкою. Науковець переконаний, що сутність психологічної готовності передбачає також уміння приймати раціональні рішення в нестандартних ситуаціях [4].

Відтак, сьогодні психологічну готовність розглядають як істотну передумову будь-якої цілеспрямованої діяльності. При цьому будучи багатогранним поняттям, дослідники звертають увагу на структурні компоненти психологічної готовності. Зокрема, виділяються два основних підходи до визначення змісту та структури психологічної готовності: функціональний та особистісний [7]. У структурі педагогічної діяльності та психологічної готовності до неї виділяє три компоненти: конструктивний – відбір навчального матеріалу у відповідності з метою діяльності та особливостями контингенту, а у фітнес-тренера – клієнтів; організаційний – організація навчальної діяльності на занятті та комунікативний. У структурну модель готовності до педагогічної діяльності можна виділити три значущих компоненти: особистісний, індивідуальний і професійно-педагогічний. Отже, розгляд теоретичних аспектів психологічної готовності до діяльності являється актуальною проблемою сучасної психологічної науки, завдяки міждисциплінарному підходу відсутня єдина точка зору на сутність і основні компоненти цього феномену, але всі дослідники констатують багатогранність і важливість ґрунтовного вивчення проблеми психологічної готовності до педагогічної діяльності [2, 4, 7].

Особистість як особлива якість людини, що набувається нею в соціокультурному середовищі в процесі спільної діяльності та спілкуванні, розглядається в руслі суспільних наук. У змісті гуманістичних, філософських і психологічних концепцій особистість – це людина як цінність, заради якої здійснюється розвиток суспільства. Рушійною силою розвитку особистості виступає спільна діяльність і спілкування, за допомогою яких здійснюється рух особистості у суспільстві, залучення її до культури. Саме тому важливими характеристиками особистості є особливі особистісні властивості та якості, що забезпечують її здатність до спілкування та діяльності, в процесі яких особистість оволодіває культурою, засвоює її, створює її нові елементи та змінюється сама. Так, особистість сучасного педагога – це особистість, яка характеризується здатністю до створення нових елементів фахової інноваційної культури та самотворення у процесі спілкування та інноваційної діяльності, усвідомлення себе як суб'єкта інноваційної педагогічної діяльності, носія та творця фахової інноваційної культури, суб'єкта творчої самодіяльності [3].

Психічний стан є цілісною характеристикою психічної діяльності за певний період часу, що визначає своєрідність перебігу психічних процесів залежно від відображених предметів та явищ дійсності, попереднього стану та психічних властивостей особистості [6, 7]. Основними детермінантами стану науковці виокремлюють: 1) потреби, бажання та прагнення людини (або, точніше, усвідомлені та неусвідомлені потреби, прагнення та бажання); 2) її можливості (приховані потенціали та здібності, що проявилися); 3) умови середовища (об'єктивний вплив, суб'єктивне сприйняття та розуміння поточної ситуації). Багатокомпонентність психічних станів передбачає виокремлення в їхній структурі одиниць або складових, що вирізняються за ступенем динамічності: швидко і менш швидко змінні. Поточні, актуальні стани є більш мінливими, домінантні стани – менш мінливими. Поточні стани завжди залежать від чинників конкретної ситуації, однак, не лише від них. У психічних станах виокремлено п'ять чинників, як-от: настрій, оцінка вірогідності успіху, мотивація, рівень пильнування (тонічний компонент) і ставлення до роботи (діяльності). Вони поєднані у три групи: мотиваційно-спонукальна (настрій та мотивація), емоційно-оцінна (оцінка вірогідності успіху та ставлення до роботи) та активаційно-енергетична (рівень пильнування) [3, с.8].

Психічні стани розрізняють за еволюційною, функціональною та структурною ознаками. За еволюційною ознакою на перший план виступають три рівні проявів емоцій. Перший характеризує емоційний (чуттєвий) тон відчуттів (відчуття задоволення або незадоволення, приємного чи неприємного), який емоційне зафарбовує чуттєві образи і самопочуття людини. Другий рівень – емоції, що мають чіткий предметний характер. Це широкий спектр позитивних або негативних емоцій, які відображають ситуативне ставлення людини до якоїсь події. Змістом третього рівня є почуття, наприклад, комічного, гумору, іронії, піднесеного, трагічного тощо. Власне емоції виявляють оцінювальне ставлення індивіда до актуальних чи можливих ситуацій. На відміну від емоційного тону, це досить визначені стани, що виникають у зв'язку із задоволенням певної потреби. До того ж вони сигналізують про сенс подій, які ще не настали або відійшли у минуле, тому часто виникають у зв'язку з образами пережитих чи уявних ситуацій. Серед них є основні емоції: інтерес-хвилювання, радість, здивування, горе-страждання, гнів, огида, зневага, страх, сором, провина. Комбінація деяких інших утворює комплексні емоції: тривогу, депресію, любов, ворожнечу. Кожна емоція має власну картину суб'єктивного переживання, здійснюється за рахунок специфічних фізіологічних механізмів і характеризується притаманними лише їй виразними рухами [3, с.9].

Психічний стан готовності – це настрій, актуалізація та пристосування можливостей особистості для успішних дій в даний момент. Це внутрішній настрій здобувача освіти на певну поведінку підчас виконання навчальних завдань, установка на активні та цілеспрямовані дії. Виникнення і формування стану ситуативної готовності визначається розумінням професійних завдань, усвідомленням відповідальності, бажанням досягти успіху і та ін. Її розгортання та функціонування в ході навчальної, а потім і трудової діяльності визначається як умовами і завданнями професії, так і властивостями особистості, її мотивацією, досвідом, професійними знаннями, – всім тим, що складає довгочасну психологічну готовність до діяльності [1].

Не менш важливою властивістю особистості являється мотивація до діяльності. Головною ознакою мотиваційної поведінки людини є наявність наміру до виконання діяльності. В залежності від сприйняття людина може знаходитися в одному з трьох мотиваційних станів: стан зовнішньої мотивації, внутрішньої мотивації та амотивації. Успішність діяльності залежить не тільки від якості знань, якими вони володіють, та від індивідуально-психологічних особливостей, а й від інтересу до обраного фаху, бажання працювати, особистісної значущості професії тощо. Загалом, мотивація до професійної діяльності зумовлює не тільки успішність професіогенезу та результатів роботи кожного фахівця та розвиток професійних галузей [2, 10]. Мотивація, як процес детермінується значною кількістю чинників, що зумовлюються особливостями професійної діяльності конкретного фахівця. Зміни в мотивації можуть мати суттєвий вплив на результативність професійної діяльності. Мотивація особистості до професійної діяльності – це, з одного боку, ієрархія мотивів, а з іншого – процес формування та актуалізації мотивів під впливом потреб, ціннісних орієнтацій і чинників, які активізують та регулюють поведінку особистості фахівця, спрямовують на сумлінне і якісне виконання професійних завдань [5]. Отже, мотивацію фахівця до професійної діяльності, детермінують: його професійна компетентність та індивідуально-психологічні особливості; умови діяльності, з урахуванням яких відбувається цей процес; вимоги, які висуває робота до особистості фахівця.

Психологічна готовність до професійної діяльності багатогранне явище, яке теоретично осмислюється багатьма дослідниками в сучасній психології. Усі наявні дефініції цього феномену доповнюють один одного і доводять актуальність і значущість психологічної готовності до діяльності як такої в суспільстві, і зокрема, до педагогічної діяльності. Важливим постає проблема дослідження особистості, її властивостей і психічних станів, мотивації до діяльності, адже особистість усвідомлює діяльність як суб'єкт-суб'єктну чи суб'єкт-об'єктну. В цих координатах суттєвим стає, яке місце займає ця діяльність в особистому «Я», як вона сформувалась у самосвідомості.

Педагогічна діяльність, як відомо, належить до так званих соціологічних видів праці, де спілкування розглядається як професійно значуща, стержнева сторона. Особливою інтегральною характеристикою педагогічного спілкування, в якій в чіткому вигляді виявляються морально-світоглядні настанови вчителя, спрямованість його особистості та рівень комунікативності, виступає стиль педагогічного спілкування, в якому в чіткому виді виявляються морально-світоглядні настанови педагога, спрямованість його особистості та рівень комунікативності. Таким чином, знати узагальнені смислові настанови педагога – значить пізнати, діагностувати його поведінку і характер. Це, в свою чергу, дозволяє робити більш чи менш точний прогноз його поведінки і діяльності в тій чи іншій ситуації, більш ефективно перетворювати його діяльність, орієнтуючись на особистісне навчання. Смислові настанови містять в собі три тісно пов'язаних компоненти: інформаційний (погляди людини на світ і образ того, до чого вона прагне); емоційно-оцінний (антипатії та симпатії відносно значущих об'єктів); поведінковий (готовність діяти певним чином відносно об'єкта, що має особистий сенс).

Психологічна готовність включає в себе, з одного боку, запас професійних знань, умінь і навичок, з іншого – риси самої особистості: переконання, здібності, інтереси, професійну пам'ять, тип мислення, увагу, спрямованість думки, працездатність, емоційність, моральний потенціал – які мають забезпечити успішне виконання професійних функцій в екстремальних умовах. Ядро готовності до діяльності становлять психічні процеси і властивості. Вони є фундаментом якостей особистості. Якості і психологічні властивості особистості, психічні особливості, моральні якості, які є основою установки особистості на усвідомлення виконання професійних функцій, професійної позиції, оптимальних способів діяльності, співвідношення своїх здібностей і можливостей – ось характеристики психологічної готовності [4].

Готовність як інтегральне утворення особистості, що полягає у вибірковій спрямованості на професійну діяльність, виникає на ґрунті позитивного ставлення до неї і скеровується відповідними потребами та мотивами до даної діяльності. Про сформовану психологічну готовність можна говорити лише за умов розвитку в суб'єкті емоційного ставлення, вміння адаптувати свою поведінку відповідно до ситуацій, що виникають, вміння будувати процес спілкування – і наявності таких психологічних здібностей, як мислення, уявлення, спостережливість, комунікативні вміння й комплекс професійно значущих властивостей: емоційна стабільність, самоконтроль, щирість, доброта, наполегливість тощо. Джерелом виникнення мотивів традиційно вважається вплив зовнішнього середовища на внутрішній світ людини, детермінований внутрішніми умовами (якості особистості, психологічні стани, свідомість, досвід), які спонукають до певної діяльності, в тому числі до діяльності у стресових ситуаціях.

Система тривалої готовності до професійної педагогічної діяльності – це готовність до виконання ролі вчителя й вихователя. Вона є системою інтегрованих властивостей, знань, досвіду особистості. Професійна готовність поєднує в собі усвідомлення ролі педагогічної професії у суспільстві, соціальну відповідальність, намагання самостійно та творчо вирішувати професійні задачі, установку на актуалізацію наявних знань. Вищим рівнем професійно-педагогічної підготовки є творчий підхід до педагогічної діяльності. Розрізняють практичну творчу діяльність та наукову творчість. Наукова творчість передбачає виявлення закономірностей навчання й виховання, розроблення високоефективних теорій та методик, що дозволяють вирішувати сучасні проблеми, прогнозувати тенденції її розвитку [6, 7].

У загальному вигляді під готовністю розуміються наступні прояви: позитивне ставлення до праці; певний рівень оволодіння педагогічними знаннями, вміннями та навичками; самостійність у розв'язанні професійних завдань; розвиток педагогічних здібностей; наявність професійно-педагогічної спрямованості особистості; моральні риси особистості. Узагальнюючи різні визначення поняття готовності, можна сказати, що вони розширюють і поглиблюють уявлення про складність і багатогранність готовності. А її компоненти потрібно розглядати через ставлення до діяльності або настанови, мотиви, знання про предмет і способи діяльності, навички та вміння їх практичного втілення [4].

З вищесказаного можна зробити висновок, що поняття психологічної готовності до професійної діяльності у галузі знань 01 Освіта/Педагогіка являє собою складну, інтегровану систему властивостей, знань та досвіду особистості. Професійна готовність до педагогічної діяльності поєднує в собі усвідомлення ролі професії у суспільстві, соціальну

відповідальність, намагання самостійно та творчо вирішувати професійні задачі, установку на актуалізацію наявних знань [3].

Висновки. Дослідження теми психологічної готовності до професійної діяльності, у тому числі й майбутніх фахівців фітнесу та рекреації доводить необхідність для вітчизняної освіти фахівців, які могли б працювати самостійно й творчо, генеруючи нововведення, свіжі ідеї та пропозиції, демонструючи при цьому готовність успішно реалізовувати їх в умовах модернізації системи сучасної освіти. Тому зростають вимоги до особистісних і професійно значущих якостей фахівця, що відображають професійну компетентність, забезпечують конкурентоспроможність на ринку праці, сприяють професійній самореалізації. Перспективи подальших розвідок у даному напрямку вбачаємо у визначенні сутності та структури готовності, як складного соціально-психологічного феномена, виявлення педагогічних умов, що забезпечували б ефективність процесу її формування в майбутніх фахівців фітнесу та рекреації у процесі фахової підготовки.

Література

1. 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. – 2014. – С. 119-124.

2. Калошин В. Ф. Психологічні аспекти підвищення професійної педагогічної компетентності / В. Ф. Калошин // Історія та правознавства. – 2014. – №31-32. – С.53-60.

3. Криворучко М. В. Психологізація педагогічної праці / М. В. Криворучко // Історія та правознавство. – 2014. – №10-11 (362-363). – С.40-42.

4. Левшенюк Н. Теоретичне обґрунтування поняття психологічної готовності особистості до педагогічної діяльності [Електронний ресурс] / Н. Левшенюк. – Режим доступу: http: //Npd_2014_1_11%20(1).pdf

5. Паришкура Ю. В. Аспекти інтеграції професійних компетентностей при подготовці фахівців з фітнесу та рекреації у закладах вищої освіти / Ю. В. Паришкура, В. П. Ткаченко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. – Випуск 3 К (131) 21. –С. 314-318.

6. Потапкина Л. В. Готовность к профессиональной деятельности как психолого-педагогическая проблема / Л. В. Потапкина // Збірник наукових праць Національної Академії державної прикордонної служби України. Серія: Педагогічні науки. – 2015. – №1. – С.198-207.

7. Садова Т. А. Професійна компетентність та готовність до педагогічної діяльності: сутність і взаємозв'язок [Електронний ресурс] / Т. А. Садова. – Режим доступу: http://vuzlib.com/content/view/331/84/.

8. Стандарти ЄАЗФ ЄКК. Рівень 4. Персональний тренер. – ЄАЗФ: Рада ЄАЗФ з питань Стандартів, 2011. – 45 с.

9. Mykola Yevtuch, Vasyl Fedorets, Oksana Klochko, Tetiana Branitska, Yuliia Kozeruk. Actualization of metacognitive abilities and archetypal measurement of consciousness in the context of improving the health-preserving competence of physical education teacher. Journal of Physical Education and Sport ,Vol 21 (Suppl. issue 5), Art 410 pp 3084-3093, October, 2021. DOI:10.7752/jpes.2021.s5410.

10. Cedric X. B. ACE Personal Trainer Manual The Ultimate Resource for Fitness Professionals Fourth Edition / X. B. Cedric, J. G. Daniel. – USA: American Council on Exercise 2010. – 69 c.

References

1. Vasylenko M. M. (2014) Suchasni vymohy robotodavtsiv do formuvannia hotovnosti maibutnikh fitnes-treneriv do profesiinoi diialnosti [Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh]. *Ukrainian Journal*, pp. 119-124.

2. Kaloshyn V. F. (2014) Psykholohichni aspekty pidvyshchennia profesiinoi pedahohichnoi kompetentnosti, [Istoriia ta pravoznavstva], *Ukrainian Journal*, no. 31-32, pp. 53-60.

3. Kryvoruchko M. V. (2014) Psykholohizatsiia pedahohichnoi pratsi [Istoriia ta pravoznavstva], *Ukrainian Journal*, no. 10-11 (362-363) , pp. 40-42.

4. Levsheniuk N. (2014) Teoretychne obgruntuvannia poniattia psykholohichnoi hotovnosti osobystosti do pedahohichnoi diialnosti [elektronic resurs] Available at: http: //Npd_2014_1_11%20(1).pdf

5. Paryshkura Y..V., Tkachenko V. P. (2021) Aspekty intehratsii profesiinykh kompetentnostei pry podhotovtsi fakhivtsiv z fitnesu ta rekreatsii u zakladakh vyshchoi osvity [Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P.Drahomanova]. *Ukrainian Journal*, vol. 15, no. 3(131) 21, pp. 314-318.

6. Potapkyna L. V. (2015) Hotovnost k professyonalnoi deiatelnosty kak psykholoho-pedahohycheskaia problema [Zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoi Akademii derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy]. *Pedahohichni nauky*, no. 1, pp. 198-207.

7. Sadova T. A. Profesiina kompetentnist ta hotovnist do pedahohichnoi diialnosti: sutnist i vzaiemozviazok [elektronic resurs] Available at: http://vuzlib.com/content/view/331/84/.

8. Standarty YeAZF YeKK. (2011) Riven 4. Personalnyi trener. – YeAZF: Rada YeAZF z pytan Standartiv, 45 p.

9. Yevtuch M., Fedorets V., Klochko O., Branitska T., Kozeruk Y. (2021) Actualization of metacognitive abilities and archetypal measurement of consciousness in the context of improving the health-preserving competence of physical education teacher. Journal of Physical Education and Sport ,Vol 21 (Suppl. issue 5), Art 410 pp. 3084-3093. DOI:10.7752/jpes.2021.s5410.

10. Cedric X. B. (2010) ACE Personal Trainer Manual The Ultimate Resource for Fitness Professionals Fourth Edition, USA: American Council on Exercise, 69 p.