

Національний університет фізичного виховання і спорту України
Міністерство освіти і науки України

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова
Міністерство освіти і науки України

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

ВАСИЛЕНКО МАРИНА МИКОЛАЇВНА

УДК 378.091:796.4.071.4]:005.336.5

ДИСЕРТАЦІЯ

**ТЕОРЕТИЧНІ І МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ
МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Подається на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ М. М. Василенко

Науковий консультант: **Сущенко Людмила Петрівна,**

доктор педагогічних наук, професор

Київ – 2018

АНОТАЦІЯ

Василенко М. М. Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук зі спеціальності 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2018. – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2018.

Мета дослідження полягає у розробці та експериментальній перевірці системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

- вперше сформульовано та науково обґрунтовано теоретичні та методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти:

- розроблено систему професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, що є підсистемою загальної системи вищої освіти фахівців сфери фізичної культури і спорту, утворюється упорядкованою єдністю об'єктивно взаємопов'язаних і взаємообумовлених структурних підсистем (блоків), забезпечує формування професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів; системотвірним фактором у ній є сукупність соціального запиту, вимог роботодавців, нормативної бази, світового досвіду підготовки та цільового блоку (мета і завдання професійної підготовки, компоненти та види компетентностей майбутніх фітнес-тренерів); системорегулювальним – методологічний блок (комплекс методологічних підходів та принципів); системонаповнювальним – сукупність змістового блоку (навчальний план та етапи професійної підготовки), організаційно-технологічного блоку (методи, засоби, форми навчання, педагогічні умови, суб'єкти педагогічної діяльності) та діагностично-результативного блоку;

- обґрунтовано авторську концепцію професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка визначає її мету, термінологічний апарат, методологічні підходи, закономірності та сукупність загальних і специфічних принципів;

- визначено структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, містить мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, особистісний і праксеологічний компоненти й утворюється системою загальних, базових і спеціальних компетентностей (дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольної-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної);

- створено діагностичний інструментарій для оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, який містить: комплекс діагностичних методик, критерії (мотиваційно-вольовий, ціннісно-смысловий, когнітивно-інтелектуальний, операційно-технологічний, соціально-психологічний), показники та рівні;

- уточнено змістові характеристики понять: «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «фітнес-послуга»; історичні аспекти становлення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в Україні та своєрідність професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти США та Канади, Великої Британії, країн Європейського Союзу та Австралії; удосконалено зміст, форми і методи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; подальшого розвитку набули наукові положення щодо застосування сучасних інтерактивних та інформаційно-комунікаційних технологій у процесі моніторингу результативності професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що в закладах

вищої освіти впроваджено систему професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів та Галузевий стандарт вищої освіти підготовки з галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» за напрямом 6.010203 «Здоров'я людини»: освітньо-кваліфікаційну характеристику, освітньо-професійну програму та засоби діагностики якості вищої освіти (кваліфікація 3475 «Фітнес-тренер»); підготовлено монографію «Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика», а також комп'ютерну програму «ВСІ: педагогічна діагностика рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів» (у співавторстві з Л. П. Сущенко та В. О. Івченко). Основні положення та результати дослідження впроваджено у навчальний процес закладів вищої освіти, які здійснюють професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів.

У вступі обґрунтовано актуальність обраного напрямку дослідження; визначено мету, завдання, об'єкт, предмет та методологію дослідження; розкрито методи дослідження, його наукову новизну й практичне значення; подано інформацію про особистий внесок здобувача в опублікованих у співавторстві працях, апробацію та впровадження результатів дослідження, публікації, структуру й обсяг дисертації.

У першому розділі «Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як наукова проблема» здійснено аналіз стану розробленості проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах реформування вищої освіти; з'ясовано історичні передумови становлення системи професійної підготовки фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; розкрито сутність дефініцій загального та спеціального контексту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Визначено, що «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти» це педагогічна система, що спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців) та суспільства, спрямована на здобуття ступеня бакалавра (кваліфікація «Фітнес-тренер») і формування професійної компетентності випускників, що дасть їм змогу після завершення

освітньої програми успішно реалізувати отримані знання та професійні навички у діяльності з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

Зроблено висновок, що проблема професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти не була предметом дослідження широкого кола зарубіжних та вітчизняних науковців: вчені розглядають цей процес з позицій додаткової освіти або обмежуються лише одним з компонентів цієї діяльності, не набули обґрунтованості теоретичні й методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» сформульована загальна гіпотеза дослідження, обґрунтована доцільність застосування: групи теоретичних методів дослідження (дедуктивний метод, аксіоматичний метод, гіпотетико-дедуктивний метод, індуктивний метод, ідеалізація та моделювання, системний метод, формалізація, історико-логічний метод, теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, аналіз документальних матеріалів та ресурсів Інтернету); групи емпіричних методів дослідження (педагогічний експеримент, анкетування, метод експертних оцінок, дидактичне та психодіагностичне тестування, комплексна методика оцінювання професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується у закладах вищої освіти), та групи статистичних методів дослідження (вибірковий метод, непараметричні методи порівняння для залежних вибірок, методи порівняння номінальних даних). Визначено критерії та показники сформованості компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, а також представлено зміст етапів організації дослідно-експериментальної роботи.

У третьому розділі «Світовий та вітчизняний досвід професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти» проаналізовано особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти США та Канади, Великої Британії, країн Європейського Союзу, Австралії та досліджено особливості сучасної практики професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України. З'ясовано, що в процесі розробки системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах

вищої освіти мають бути враховані такі здобутки світового досвіду: збереження національних традицій освітньої системи; тісна співпраця з роботодавцями; орієнтація змісту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів на формування у студентів здатності до безконфліктного спілкування, мотивування клієнтів, до розробки та проведення фітнес-програм оздоровчо-профілактичної спрямованості з різними групами населення; активне застосування різноманітних форм навчання студентів; диверсифікація освітніх послуг; узгодження національних реєстрів освітніх кваліфікацій тренерів різних країн та поширення практики створення міжнародних освітніх програм.

За даними анкетування студентів, науково-педагогічних працівників та роботодавців зроблено висновок про недостатню здатність випускників закладів вищої освіти виконувати професійні обов'язки фітнес-тренера. За результатами експертного оцінювання 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 навчатися; уміння спілкуватися іноземною мовою; уміння продавати фітнес-послуги, уміння керувати мотивацією споживача фітнес-послуг; уміння здійснювати контроль за фізичним станом споживача фітнес-послуг; педагогічна майстерність; харизма і приємна зовнішність; артистизм; креативність; уміння безконфліктного спілкування; комунікативність; упевненість у собі; уміння надавати консультації з раціонального харчування та здорового способу життя.

У четвертому розділі «Концептуальні засади системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти» визначено структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, яка містить мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, праксеологічний та особистісний компоненти. Мотиваційний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, характеризується наявністю професійної спрямованості особистості; аксіологічний – визначає ступінь її здатності до самовизначення, цілепокладання та актуалізації власних потенціалів; гносеологічний

– характеризується комплексом соціально-гуманітарних, фундаментальних і професійних знань та сформованих академічних здібностей; праксеологічний – відображає ступінь здатності майбутніх фітнес-тренерів до здійснення ефективної професійної діяльності та складає необхідний обсяг спеціальних компетентностей; особистісний – передбачає розвиненість професійно-значимих особистісних якостей майбутніх фітнес-тренерів. До спеціальних компетентностей майбутніх фітнес-тренерів віднесено дидактично-рухову, проектувально-конструкторську, контрольню-аналітичну, організаційно-регулятивну, мотиваційно-комунікативну та маркетингово-комерційну компетентності.

Обґрунтовано концепцію професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. В основі задуму концепції теза про те, що необхідність професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як нової педагогічної системи, обумовлена потребою ринку праці у фахівцях певного профілю, має ґрунтуватися на основі етапності її розробки, з конкретизацією вимог до системи вищої освіти з боку суспільства, професійного співтовариства й учасників освітнього процесу, обґрунтуванням змісту професійної діяльності фітнес-тренера та його професійно-значимих якостей, визначенням компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, впровадженням отриманих характеристик у навчальний процес у формі моделі системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Задум концепції розвивається у концептуальних положеннях, які розкривають її мету, правові основи, місце в теорії педагогіки й системі міждисциплінарного знання, понятійно-категоріальний апарат, методологічні підходи до проектування системи професійної підготовки, ядро (сукупність закономірностей і принципів функціонування та розвитку професійної підготовки).

Понятійно-категоріальний апарат концепції поєднує комплекс таких понять, як: «професія», «професіограма», «модель фахівця», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «професійна підготовка», «заклад вищої освіти», «фітнес», «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер»,

«майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти».

Методологічну основу професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти становлять методологічні підходи (діалектичний, екзистенціальний, системний, соціокультурний, акмеологічний, компетентнісний, професіографічний, особистісний та діяльнісний), реалізація яких вказує на стратегічні напрямки такої підготовки. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти розкриваються через визначення закономірностей та побудову на їх основі системи загальних і специфічних принципів. Закономірності зовнішньої обумовленості, що відображають існуючі зовнішні причинно-наслідкові зв'язки в соціокультурному, економічному та політичному середовищі, реалізуються через принципи ринкової конгруентності, гуманізації, студенто-орієнтованості, фундаменталізації та науковості, інтелектуалізації та академічної чесності.

Відповідно до загально-дидактичних та специфічних закономірностей, які детермінують зміст професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти визначено такі принципи: системності, міждисциплінарності, інтеграції базової та спеціальної підготовки, рухової поліфункціональності, ранньої професіоналізації, єдності традиції та інновацій, диференціації та індивідуалізації, евристичної інтерактивності, смислової і перцептивної наочності та самостійності.

На основі методу моделювання було розроблено систему професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

У п'ятому розділі «Організаційно-методичний супровід системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти» розкрито зміст програмного забезпечення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, що містить: 1) освітньо-професійну програму (перелік навчальних дисциплін) для набуття студентами загальних, базових та спеціальних компетентностей, що в сукупності забезпечує

формування мотиваційного, аксіологічного, особистісного, гносеологічного та праксеологічного компонентів професійної компетентності; 2) навчально-методичне забезпечення для набуття спеціальних професійних компетентностей із застосуванням технологій навчання руховим діям, контекстного, індивідуально-диференційованого, проблемного, активного, кооперативного та інтерактивного навчання, а також інформаційно-комунікаційних технологій; 3) традиційні та інтерактивні методи навчання та форми організації занять з метою формування праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів: кейс-метод, рольові ігри, соціально-психологічні тренінги, види практик, метод дискусії, складання портфоліо, специфічні методи навчання руховим діям з різних напрямів фітнесу в межах дисциплін «Фітнес-технології» та «Рекреаційні технології», методи ідеомоторного навчання, методи розвитку концентрації та кінестетичних відчуттів за допомогою застосування метафор, візуальних та аудіальних субмодальностей, технік нейролінгвістичного програмування («якоріння»), метод майстер-класу, «мозкової атаки» використання електронного сервісу Kahoot для створення он-лайн вікторин, тестів та опитувань, розробка веб-сторінки дисциплін, бінарні лекції, лекції-конференції, виготовлення групових соціальних проектів, волонтерська участь у фізкультурно-спортивних масових заходах, фітнес-конвенціях, студентських олімпіадах, університетських святах, соціальних акціях тощо.

У шостому розділі «Ефективність системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти» представлено результати динаміки рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за всіма визначеними критеріями, які засвідчили ефективність розробленої та науково обґрунтованої системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Висвітлено дискусійні питання, сформульовано наукові положення трьох рівнів новизни: підтверджено, доповнено, вперше.

Ключові слова: професійна підготовка, професійна компетентність, майбутній фітнес-тренер, заклади вищої освіти.

ABSTRACT

Vasylenko M.M. Theoretical and methodical foundations of professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions. – Qualifying scientific paper on the rights of manuscript.

Dissertation for scientific degree Doctor of Science on Pedagogy, specialty 13.00.04 – Theory and Methods of Professional Education. – National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Kyiv, 2018. – National Pedagogical Dragomanov University, Kyiv, 2018.

The aim of the research is to develop and experimentally verify the preparation system of future fitness coaches in higher education institutions.

The scientific novelty of received results:

- for the first time the theoretical and methodical foundations of the future fitness coaches' preparation in higher education institutions are formulated and scientifically substantiated;

- for the first time the system of professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions is developed. It is substantiated, that this system is the subsystem of the general system of higher education for specialists in the field of physical culture and sports, it forms by the ordered unity of objectively interconnected and interdependent structural subsystems, ensures the formation of professional competence of future fitness coaches, where the system-generating factor is a set of social requests, employer requirements, regulatory framework, foreign preparation experience and target block (aim, tasks of the profession preparation, components and types of competence of future fitness coaches), the system-regulating factor – a methodological block (a set of approaches and principles), the system-completing – a set of content block (curriculum and stages of professional training), organizational and technological block (methods, means, forms of education process, pedagogical conditions, subjects of pedagogical activity) and a diagnostic-result block;

- for the first time the concept of professional training of future fitness coaches during education in higher institutions are substantiated, which defines its

goal, terminological apparatus, methodological approaches, patterns and complex of general and specific principles;

- for the first time the structure of future fitness coaches' professional competence, which is formed in higher education institutions and includes motivational, axiological, epistemological, personal and praxeological components, and is generated by the system of general, basic and special competence (didactic-motor, planning-design, control-analytical, organizational-regulatory, marketing-commercial, motivational-communicative);

- for the first time a diagnostic tool for evaluation of the levels of professional competence formation of future fitness coaches has been developed. It includes: a set of diagnostic techniques, criteria (motivational-volitional, value-semantic, cognitive-intellectual, operational-technological, socio-psychological), indicators and levels;

- clarified: the content characteristics of the definitions: "professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions", "professional competence of future fitness coaches, which is formed in higher education institutions", "fitness coach", "future fitness coach", "fitness service"; historical aspects of the incipience of the system of future fitness coaches' professional preparation in Ukraine and features of future fitness coaches' preparation in higher education institutions of the United States, Canada, the United Kingdom, countries of the European Union and Australia; improved content, forms and methods of professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions; the scientific provisions on the using of modern interactive, information and communication technologies in the process of monitoring the result of the future fitness coaches' training in higher education institutions is developed further.

The practical significance of the results is that: the system of professional preparation of future fitness coaches is implemented into higher education institutions; the Higher Education Industry Standard for preparation on the field of knowledge 0102 "Physical Education, Sport and Human Health" in the direction 6.010203 "Human Health": educational and qualification characteristics, educational and professional program, means of diagnosing the quality of higher education (qualifications: 3226

"Specialist in Physical Rehabilitation", 3475 "Fitness coach"); the monograph "Professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions: theory and methodology" was prepared, and the computer program "VSI: pedagogical diagnostics of the level of professional competence formation of future fitness coaches" (co-authored with L. P. Sushchenko and V. O. Ivchenko). The main provisions and results of the research were implemented into the educational process of higher education institutions, which carry out the preparation of future fitness coaches.

In the introduction the relevance of the chosen research direction substantiates; aim, tasks, object, subject, methodology and methods of research; its scientific novelty, practical value is defined; information on the individual contribution of the applicant in jointly published works, approbation and implementation of the research results, the number of publications, the structure and volume of the dissertation are provided.

In the first chapter "Professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions as a scientific problem" an analysis of the level of development of the problem of future fitness coaches' preparation in the context of higher education reform; the historical preconditions of the system formation of professional preparation of fitness coaches in higher education institutions were determined; the essence of the general context definitions of the professional training of future specialists with higher education is revealed and the terminology of the future fitness coaches' preparation in higher education institutions is determined. It has been determined that "professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions" is a pedagogical system designed to execute the requirements of the customers of educational services (employers) and society, aimed at obtaining a bachelor's degree (qualification "Fitness coach") and forming of graduates' professional competence, and which will allow successfully carry out fitness services for various groups of the population after completing the educational program. It is concluded that the problem of the professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions has not become the subject of a wide range of studies of domestic and foreign scientists. They consider this process from the positions of additional education or study just one of the components of this activity; the concept and system of professional preparation

of future fitness coaches in higher education institutions have not received the substantiation.

In the second chapter "Methods and organization of research" the general hypothesis of the research is formulated. There is substantiated the feasibility of application of: groups of theoretical research methods (deductive method, axiomatic method, hypothetical-deductive method, inductive method, idealization and modeling, systematic method, formalization, historical and logical method, theoretical analysis and generalization of literary sources, analysis of documentary materials and Internet resources); groups of empirical research methods (pedagogical experiment, questionnaire, method of expert assessments, didactic and psychodiagnostic testing, a comprehensive methodology for evaluating the professional competence of future fitness coaches, which is formed in higher education institutions), and groups of statistical methods of research (sampling method, nonparametric methods of comparison for dependent samples, methods for comparing nominal data). The criteria and indicators of the level of the components formation of professional competence of future fitness coaches in higher education institutions are determined, as well as the content of the organization stages of experimental work is presented.

In the third chapter "The experience of future fitness coaches' preparation in higher education institutions in foreign countries and Ukraine" the peculiarities of future fitness coaches' preparation in higher education institutions of the United States, Canada, the United Kingdom, countries of the European Union, Australia were analysed, and the features of modern practice of professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions of Ukraine was investigated. It is revealed that in the process of development the system of future fitness coaches' preparation in higher education institutions the following achievements of foreign experience should be taken into account: preservation of national traditions of the educational system; close cooperation with employers; orientation of the content of the future fitness coaches' preparation on the formation of ability to non-conflict communication, clients' motivation, constructing and conducting of fitness programs, which are health-preventive orientated for different groups of the population; active

using of various forms of student education; diversification of educational services; harmonization of national registers of educational qualifications for coaches from different countries; developing a lifelong learning system and expanding the practice of creating international educational programs.

According to the survey of students, scientific and pedagogical workers and employers, the conclusion about the lack of ability of graduates from higher education institutions to perform professional duties as fitness coaches was made. According to the expert assessment, the following characteristics of the successful fitness coaches were ascertained: the versatility of technical, methodological and organizational skills; ability to develop programs for people at risk of disease; desire and ability to study; ability to communicate in a foreign language; ability to sell fitness services and ability to manage motivation of fitness services consumers; ability to control the physical condition of the consumer of fitness services; pedagogical skill; charisma and pleasant appearance; artistry; creativity; skills of non-conflict communication; communication; self-confidence; ability to provide advice on nutrition and healthy lifestyles.

In the fourth chapter "Theoretical and methodological foundations of the future fitness coaches' preparation in higher education institutions" the structure of professional competence of future fitness coaches, which is formed in higher education institutions, was defined. This structure contains motivational, axiological, epistemological, praxeological and personal components. The motivational component of the professional competence of future fitness coaches, which is formed in higher education institutions, is characterized by the presence of professional orientation of the individual; axiological – determines the measure of ability to self-determination, goal-setting and actualization of their own potentials; epistemological – is characterized by a complex of social and humanitarian, fundamental and professional knowledge and formed academic abilities; praxeological – reflects the extent of the ability of future fitness coaches to carry out effective professional activities and is a part of the required amount of specialist competencies; personal – provides the development of professional-significant personal qualities of future fitness trainers. Special skills of future fitness coaches include didactic-motor, planning-design,

control-analytical, organizational-regulatory, motivational-communicative and marketing-commercial competences.

The concept of professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions is substantiated. The general idea of the concept is based on the thesis that the professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions as a new pedagogical system due to the need for particular profile specialists; should be based on the phases of its development, with the finding requirements to the higher education system by society, professional community and educational process participants; the substantiation of the content of the fitness coach professional activity and his professionally significant qualities; the definition of the components of a professional competency of future fitness coaches; integration of obtained characteristics in the educational process in the form of model of the system of future fitness coaches' preparation in higher education institutions. The idea of the concept develops in conceptual positions that reveal its goal, legal foundations, place in the theory of pedagogy and the system of interdisciplinary knowledge, conceptual categorical apparatus, methodological approaches to the designing system of professional preparation, the core (a set of regularities and principles of functioning and development of professional preparation).

The concept-categorical apparatus of the Concept combines a set of definitions such as: "profession", "professiogram", "model of specialist", "professional competence", "professional competencies", "professional preparation", "higher education institution", "fitness", "fitness service", "coach", "fitness coach", "future fitness coach", "professional competence of the future fitness coach formed in higher education institutions", "professional preparation of the future fitness coaches in higher education institutions".

The methodology of the future fitness coaches' preparation in higher education institutions is determined by methodological approaches (dialectical, existential, systemic, sociocultural, acmeological, competence, profессиографіс, personal and active), the realization of which determine the strategic directions of such training.

The features of professional preparation of future fitness coaches in higher education institutions are revealed through the definition of regularities and the construction of a system of general and specific principles.

The regularities of external conditionality reflecting the existing external cause-effect relationships in the socio-cultural, economic and political environment are realized through the principles of market congruency; humanization; student orientation; fundamentalism and scientific approach; intellectualization; academic honesty.

According to general-didactic and specific regularities, which determine the content of the future fitness coaches' preparation in higher education institutions, the following principles are defined: systematic, interdisciplinarity, integration of basic and special preparation, motor polyfunctionality, early professionalization, the unity of tradition and innovation, differentiation and individualization, heuristic interactivity, semantic and perceptual visibility, independence.

A system of the future fitness coaches' preparation in higher education institutions is developed based on the modeling method.

In the fifth chapter "Organizational and methodological support of the system of future fitness coaches' preparation in higher education institutions" the curriculum content for the professional preparation of future fitness trainers in higher education institutions is disclosed. It includes: 1) an educational and professional program (a list of educational disciplines) for the acquisition of general, basic and special competencies by students (provides the formation of a motivational, axiological, personal, epistemological and praxeological component professional competence); 2) educational and methodological support for the acquisition of special professional competencies using technologies of learning motor activity, context-based, individually-differentiated, problem-based, active, cooperative and interactive learning, information and communication technologies; 3) traditional and interactive educational methods and forms of classes organization for the purpose of forming a praxeological component of the professional competence of future fitness coaches: case-method, role-playing games, socio-psychological trainings, types of practice,

discussion method, portfolio compilation, specific methods of teaching motor activity in various areas of fitness within the disciplines "Fitness technologies" and "Recreational technologies", methods of ideomotor training, methods of concentration and kinesthetic sensations development using metaphors, visual and auditory submodalities, the techniques of neuro-linguistic programming ("anchoring"), workshop method, "brain attack", using of electronic service "Kahoot" for creating on-line quizzes, tests and surveys, development of discipline's web page, binary lectures, lecture-conferences, production of group social projects, volunteer participation in physical culture and sports events, fitness conventions, student olympiads, university holidays, social events, etc.

The sixth chapter "Efficiency of the system of future fitness coaches' preparation in higher education institutions" presents the results of the dynamics of the levels formation of the future fitness coaches' professional competence according to all the determined criteria, which showed the effectiveness of the developed and scientifically substantiated system of future fitness coaches' professional preparation in higher education institutions. Discussion questions are highlighted, scientific positions of three levels of novelty (confirmed, completed, for the first time) are formulated.

Key words: professional preparation, professional competence, future fitness coach, higher education institutions.

Список публікацій здобувача за темою дисертації

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Василенко ММ. Результати навчання майбутнього фітнес-тренера в рамках компетентісного підходу. У зб.: Макаренко ЛЛ, укладник. *Наукові записки*: зб. наук. статей. М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. пед.ун-т імені М. П. Драгоманова. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2012;CVI(106):28-34. Фахове видання України.

2. Василенко ММ. Система вищої освіти майбутніх фітнес-тренерів у Сполучених Штатах Америки. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2012;26(79):494-99. Фахове видання України.

3. Василенко ММ. Специфіка підготовки майбутніх фітнес-тренерів у Німеччині та Австрії (в порівняльному аспекті). *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2012;27(80):126-30. Фахове видання України.

4. Василенко ММ. Сучасний стан та проблеми підготовки фітнес-тренерів в США. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків: ХОВНОКУ–ХДАДМ; 2012;11:19-22. DOI: 10.6084/m9.figshare.97348. Фахове видання України.

5. Василенко ММ. Досвід підготовки тренерів з фітнесу в країнах Балтії. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2013;107(1):85-8. Фахове видання України.

6. Василенко ММ. Тенденції розвитку системи освіти майбутніх фітнес-тренерів у Російській Федерації. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2013;4(29):166-70. Фахове видання України.

7. Дутчак МВ., Василенко ММ. Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес-тренера. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків: ХОВНОКУ; 2013;2:17-21. DOI: 10.6084/m9. figshare.639187. Фахове видання України, що внесено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні дослідження та формулюванні висновків. Внесок співавтора – допомога у формулюванні висновків.*

8. Василенко ММ. Дисципліна «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» як складова змісту підготовки майбутнього фітнес-тренера у вищому навчальному закладі. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт): зб. наук. праць.* Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2014;10(51):8-12. Фахове видання України.

9. Василенко ММ. Обґрунтування змісту варіативної частини стандарту вищої фізкультурної освіти майбутнього фітнес-тренера. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах:* зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2014;37(90):132-7. Фахове видання України.

10. Василенко ММ. Роль та місце дисципліни «Професійна майстерність фітнес-тренера» в процесі підготовки майбутнього фахівця. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт): зб. наук. праць.* Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2014;3К(44):148-51. Фахове видання України.

11. Василенко ММ. Сучасні вимоги роботодавців до формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах:* зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2014;38(91):119-24. Фахове видання України.

12. Василенко ММ. Стан готовності майбутніх фахівців до діяльності у сфері фітнес-індустрії. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах:* зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2014;39(92):98-102. Фахове видання України.

13. Василенко ММ. Стан та перспективи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах України. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного*

університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт): зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2015;3 K2(57):53-6. Фахове видання України.

14. Василенко ММ. Зміст стандарту вищої освіти магістрів-майбутніх фітнес-тренерів. У зб.: Макаренко ЛМ, упорядник. *Наукові записки*: зб. наук. статей. М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. пед.ун-т імені М. П. Драгоманова. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2015;СХХVIII (128):17-24. Фахове видання України.

15. Василенко ММ. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах України. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2016;3K2(71):59-62. Фахове видання України.

16. Василенко ММ. Становлення системи вищої фізкультурної освіти майбутніх фітнес-тренерів в Україні. *Освітологічний дискурс*. Київ: Київський університет ім. Б. Грінченка, 2016;3(15):30-42. Фахове видання України, що внесено до наукометричних баз: Google Scholar; CiteFactor.

17. Василенко ММ. Тезаурус дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищому навчальному закладі. *ScienceRise: Pedagogical Education*. 2016;8(4):4-10. Фахове видання України, що внесено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

18. Vasilenko M. Advantages and disadvantages of professional preparational of the future fitness trainers in Great Britain and Australia. *EUREKA: Social and Humanities*. 2016;4:47-54. DOI: 10.21303/2504-5571.2016.00137. Стаття у науковому періодичному виданні іншої держави (Естонська республіка), що внесено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

19. Василенко ММ, Денисова ЛВ. Методологічні підходи до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах. У зб.: Тимошенко ОВ, редактор. *Науковий часопис*

Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2017;5К(86):55-9. Фахове видання України. Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні дослідження та формулюванні висновків. Внесок співавтора – допомога у формулюванні висновків.

20. Василенко ММ, Дутчак МВ. Історичні передумови формування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. У зб.: Тимошенко ОВ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2018;3К(97):103-7. Фахове видання України. Особистий внесок здобувача полягає в аналізі історичних етапів становлення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Внесок співавтора – допомога у формулюванні висновків.*

21. Vysochina N, Vorobiova A, Vasylenko M, Vysochin F. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities. *Journal of Physical Education and Sport*. 2018;18(1):230-4. DOI:10.7752/jpes.2018.01030/. Стаття у науковому періодичному виданні іншої держави (Румунія), що внесено до міжнародної наукометричної бази Scopus. *Особистий внесок здобувача полягає в аналізі науково-методичної літератури. Внесок співавторів – проведення дослідження та обробка результатів.*

22. Vasilenko M, Duthak M. Components, criteria, indicators and levels of professional competence formation of future fitness-trainers at higher educational institutions. *EUREKA: Social and Humanities*. 2018;2:45-51. DOI: 10.21303/2504-5571.2018.00586. Стаття у науковому періодичному виданні іншої держави (Естонська республіка), що внесено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні дослідження та формулюванні висновків. Внесок співавтора – допомога у формулюванні висновків.*

23. Василенко ММ. *Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика*: монографія. – Київ: «Центр учбової літератури»; 2018. 495 с.

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

1. Василенко ММ. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у США. *Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму*: тези доп. IV Міжнар. наук.-практ. конф.; 2012 Жовт. 18-19. Запоріжжя; 2012:161-2.

2. Василенко ММ, Дутчак МВ. Порівняльна характеристика професійної підготовки майбутніх фітнес тренерів у країнах ЄС. У зб.: Кушнірук СГ, редактор. *Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді*: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.; 2013 Вер. 26-28. Бердянськ; 2013:114-6.

3. Василенко ММ, Дутчак МВ. Кваліфікаційна характеристика фітнес-тренера як підгрунття професійної підготовки в ВНЗ. У зб.: Огаренко ВМ та ін., редактори. *Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму*: зб. тез доповідей V Міжнародної наук.-практ. конф.; 2013 Жовт. 10-11. Запоріжжя: КПУ; 2013:47-8.

4. Василенко ММ. Психологічний профіль фітнес-тренера як підгрунття для розробки змісту професійної підготовки майбутнього фахівця. У зб.: Лузік ЕВ, Акмалдінова ОМ, редактори. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти України*: матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф.; 2014 Бер. 20; Київ. Київ: НАУ; 2014:37-8.

5. Василенко ММ. Доцільність вивчення дисципліни «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» майбутніми фітнес-тренерами». *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення*: матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю; 2014 Трав. 15-16. Львів: ЛДУФК; 2014:310-5.

6. Василенко ММ, Погонцева ОВ. Аналіз навчальних програм для майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації у вищих навчальних закладах Чехії. У зб.: *Міжнародна діяльність університетів як фактор інноваційного розвитку вищої школи*: матеріали міжнар. наук.-практ. заочної конф.; 2015 Вер. 18. Маріуполь: МДУ; 2015:260-2.

7. Василенко ММ. Практика професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах Польщі. *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення*: матеріали X Всеук. наук.-практ. конф. з міжнар. участю; 2016 Трав. 12-13. Львів: ЛДУФК; 2016:369-74.

8. Василенко ММ. Проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах сучасної вищої школи. *Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму*: тези доп. VI Міжнар. наук.-практ. конф.; 2016 Жовт. 20-21. Запоріжжя; 2016:30-1.

9. Василенко ММ. Компетентнісний підхід до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів: переваги та недоліки. У зб.: Лузік ЕВ, Акмалдінова ОМ, редактори. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти України*: матеріали V Міжнар. наук.-практ. конф.; 2017 Бер. 23. Київ: НАУ; 2017:37-8.

10. Василенко ММ. Обґрунтування підходів до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах: філософський та загальнонауковий рівень. *Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку*: мат. XV Міжнар. наук.-практ. конф.; 2017 Квіт. 5-7. Харків: Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна; 2017:80-2.

11. Василенко ММ. Основні положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах. *Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі*: матеріали III міжн. конгресу; 2017 Трав. 18-21. Одеса: Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського; 2017:596-7.

Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

1. *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. Київ: Вид-во Національного університету фізичного виховання і спорту України «Олімпійська література», 2013. 60 с. Особистий внесок здобувача полягає в обґрунтуванні базових професійних компетентностей бакалавра зі здоров'я людини, змісту освітньо-професійної програми підготовки. Внесок співавторів – в обґрунтуванні результатів навчання.*

2. Василенко ММ, Погонцева ОВ. Сучасний стан сформованості готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності в сучасних центрах оздоровчого фітнесу, SPA&VELNESS. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. Винниця: Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського; 2014;18(1):450-56. Фахове видання України. Особистий внесок здобувача полягає в аналізі наукової проблеми. Внесок співавторів полягає у проведенні дослідження та обробці результатів.*

3. Василенко ММ., Сущенко ЛП., Івченко ВО. *Комп'ютерна програма «ВСІ: педагогічна діагностика рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів».* Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 80629 від 30.07.2018, видане Управлінням державних реєстрацій Департаменту інтелектуальної власності Міністерства економічного розвитку і торгівлі України. . Особистий внесок здобувача полягає у створенні діагностичного інструментарію для оцінювання рівнів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів. Внесок співавторів полягає у створенні шкали оцінювання та розробці програмного забезпечення.

ЗМІСТ

| | Стор. |
|---|------------|
| ВСТУП | 28 |
| РОЗДІЛ 1. ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК НАУКОВА ПРОБЛЕМА | 40 |
| 1.1. Стан розробленості проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах реформування вищої освіти | 40 |
| 1.2. Історичні передумови становлення системи професійної підготовки фітнес-тренерів у закладах вищої освіти | 56 |
| 1.3. Термінологічний апарат професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти | 64 |
| Висновки до першого розділу..... | 101 |
| РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ | 105 |
| 2.1. Методи дослідження | 105 |
| 2.2. Організація дослідження | 129 |
| РОЗДІЛ 3. СВІТОВИЙ ТА ВІТЧИЗНЯНИЙ ДОСВІД ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ..... | 135 |
| 3.1. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти США та Канади | 135 |
| 3.2. Специфіка професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти Великої Британії | 154 |
| 3.3. Досвід професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у країнах Європейського Союзу | 160 |
| 3.4. Тенденції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти Австралії | 186 |

| | |
|---|------------|
| 3.5. Сучасна практика професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України | 194 |
| Висновки до третього розділу | 216 |
| РОЗДІЛ 4. КОНЦЕПТУАЛЬНІ ЗАСАДИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ..... | 222 |
| 4.1. Структура професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти | 222 |
| 4.2. Концепція професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти | 253 |
| 4.3. Система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти | 278 |
| Висновки до четвертого розділу | 292 |
| РОЗДІЛ 5. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНИЙ СУПРОВІД СИСТЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ | 297 |
| 5.1. Програмне забезпечення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти | 297 |
| 5.2. Педагогічні технології професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти..... | 315 |
| 5.3. Форми та методи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти | 329 |
| Висновки до п'ятого розділу | 377 |
| РОЗДІЛ 6. ЕФЕКТИВНІСТЬ СИСТЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ | 381 |
| 6.1. Характеристика рівнів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти | 381 |

| | |
|---|-----|
| 6.2. Аналіз та узагальнення результатів експериментально- дослідної роботи | 387 |
| Висновки до шостого розділу..... | 420 |
| ВИСНОВКИ | 425 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 435 |
| ДОДАТКИ | 497 |

ВСТУП

Актуальність теми. Стратегія модернізації системи вищої фізкультурної освіти спрямована на інтеграцію до світового освітнього та наукового простору, підвищення її якості й оперативне реагування на інноваційні зміни на ринку праці. Професія «фітнес-тренер» є новою для спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», що потребує реорганізації традиційної системи підготовки кадрів та створення нових підходів до її проектування. Доцільність професійної підготовки фітнес-тренерів у закладах вищої освіти зумовлена сукупністю зовнішніх та внутрішніх чинників, серед яких провідними є: соціальний запит на фахівців нової формації, здатних надавати фітнес-послуги населенню; орієнтація пріоритетів суспільства на здоровий спосіб життя; формування фітнесу як наукової та навчальної дисципліни, його юридичне визнання; динамічний розвиток фітнес-індустрії в Україні та наявний економічний ефект.

Основу дослідження становлять концептуальні положення нормативних документів, зокрема, Закону України «Про вищу освіту» від 01.07.2014 №1556-VII (із змінами і доповненнями) [187]; «Стратегії сталого розвитку «Україна – 2020» [427]; «Стратегії реформування вищої освіти в Україні до 2020 року» (проект) [426]; Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [323]; Постанови Кабінету міністрів «Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року» [353]; Закону України «Про освіту» від 05.09.2017, № 2145-VIII [188]; Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (із змінами) від 24.12.1993, № 3808-XII [189]; Національного класифікатора України «Класифікатор професій» ДК 003:2010 [324].

Аналіз наукових джерел свідчить про те, що упродовж останнього десятиліття педагоги-дослідники надають значної уваги проблемі професійної освіти у сфері фізичної культури і спорту. Так, у цьому контексті розкрито: теоретичні й методичні засади професійної підготовки майбутніх учителів

фізичної культури (О. Ю. Ажиппо [3], П. Б. Джуринський [158] та ін.); концептуальні основи професійної підготовки фахівців у галузі фізичної культури та спорту (М. М. Ебзеєв [482], Р. В. Клопов [235], В. А. Магін [299, 300], Л. П. Сущенко [430], С. А. Хазова [460]); теоретичні й методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації та фахівців із здоров'я людини (Н. О. Белікова [52], Ю. О. Лянной [297]); концептуальні засади професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів (Є. О. Павлюк [339], А. В. Сватъєв [385]).

Разом з тим, проаналізовано ретроспективу становлення фітнесу та рекреації (О. В. Андрєєва [15], С. В. Бренч [67], Л. Ващук [103], В. І. Григорьєв [141], В. І. Лисицька [289] та ін.); досліджено питання феноменології та термінології фітнесу (А. А. Боляк [62], В. Е. Борилкевич [65], О. В. Завальнюк [185], О. Г. Сайкіна [377, 380], Е. Т. Хоулі [464] та ін.); вивчено основи програмування занять з фітнесу (О. Л. Благій, Л. Я. Іващенко [208], Е. Хоулі [464] та ін.); розроблено фітнес-технології різної спрямованості (Л. Ващук [102], Н. О. Гоглювата [132], О. Я. Кібальник [234], Ю. І. Томіліна [442] та ін.); досліджено специфіку й функції професійної діяльності фітнес-тренера та тренера з аеробіки (В. О. Коваленко [237], О. К. Корносенко [248], Г. М. Лаврухіна [279], А. В. Менхін [313], Л. В. Сиднева [401] та ін.).

Науковий інтерес для нашого дослідження становлять роботи О. А. Атамась [25], О. О. Берест [46, 47], А. А. Гладишева [130], Н. В. Гуциної [145, 146], О. К. Корносенко [247], Т. С. Лисицької [290], В. О. Пономарьова [349], Д. В. Пятницької [354], О. Г. Сайкіної [378, 379], П. А. Слобожанінова [414], А. О. Твеліної [433] щодо методичних аспектів підготовки фітнес-тренерів та фахівців різних спеціалізацій для сфери оздоровчого та спортивного фітнесу в закладах вищої освіти.

Вчені (М. В. Дутчак [173], О. В. Корх-Черба [253], Т. Е. Круглова [262], Є. Н. Приступа [352], О. Г. Сайкіна [376], Ю. В. Смирнова [263], М. Н. Malek, D. E. Berger, J. W. Coburn [569] та R. Cotton [522] та ін.) наголошують на важливості розв'язання проблеми професійної підготовки фітнес-тренерів у

зкладах вищої освіти та вказують на невідповідність рівня підготовленості фітнес-тренерів вимогам роботодавців та необхідність подолання фрагментарного й вузькоспеціалізованого навчання цих фахівців.

Водночас, ґрунтовний аналіз наукової літератури засвідчив, що проблема професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти не була предметом широкого кола досліджень вітчизняних та зарубіжних науковців й недостатньо досліджена у педагогічній теорії.

Актуальність означеної проблеми супроводжується подоланням суперечностей, що виникають між:

- вимогами суспільства та ринку праці до ефективної професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів і недостатнім рівнем сформованості їхньої професійної компетентності;

- процесами реформування сучасної вищої школи та недостатнім їх урахуванням у професійній підготовці майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти;

- існуючою практикою професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів та несформованістю в Україні теоретико-методологічного підґрунтя для реалізації цієї підготовки у вищій школі;

- спрямованістю вищої освіти на європейську інтеграцію та недостатнім урахуванням позитивних здобутків світового досвіду в царині підготовки кадрів для фітнес-індустрії у вітчизняних закладах вищої освіти.

Соціальна значимість професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, недостатня теоретична й практична розробленість означеної проблеми, виявлені об'єктивні суперечності зумовили вибір теми дисертаційної роботи «Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана в контексті реалізації статей Закону України «Про вищу освіту».

Дослідження виконувалися відповідно до теми Зведеного плану НДР сфери фізичної культури і спорту на 2010–2015 р. «Удосконалення наукових

засад спорту для всіх, фітнесу і рекреації» (Державний реєстраційний № 0111U001735).

Тему дисертації затверджено Вченою радою Національного університету фізичного виховання і спорту України (протокол № 7 від 10 квітня 2012 року) та узгоджено в бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень у галузі педагогіки і психології в Україні (протокол № 5 від 29 травня 2012 року).

Мета дослідження полягає у розробці та експериментальній перевірці системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Відповідно до мети визначено такі **завдання дослідження**:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти й дослідити генезу її становлення в Україні.

2. Узагальнити практичний досвід професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закордонних та вітчизняних закладах вищої освіти.

3. Визначити структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, й охарактеризувати критерії, показники та рівні її сформованості.

4. Обґрунтувати концепцію професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

5. Розробити систему професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та організаційно-методичний супровід її реалізації.

6. Експериментально перевірити ефективність розробленої системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Об'єкт дослідження – професійна підготовка майбутніх тренерів у закладах вищої освіти.

Предмет дослідження – система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Концепція дослідження ґрунтується на сукупності теорій пізнання, методологічних підходів й теоретичних положень та реалізується в контексті

досліджуваної проблеми на філософському, загальнонауковому, конкретно-науковому і технологічному рівнях.

На філософському рівні – це положення діалектики та екзистенціального підходу, що ґрунтуються на принципах історизму та законах «заперечення заперечення», загального зв'язку й взаємозалежності, єдності та боротьби протилежностей, діалектичній єдності змісту й форми, принципах створення власної системи сенсів та мотивів, усвідомлення важливості морального вибору й відповідальності за нього.

На загальнонауковому рівні – це системний підхід, що потребує максимально можливого врахування усіх аспектів проблеми в їх взаємозв'язку та цілісності; ідеї соціокультурного підходу до дослідження проблем вищої професійної освіти.

На конкретно-науковому рівні – це теоретичні положення нормативно-правових актів, фундаментальні теорії зарубіжних та вітчизняних науковців, зокрема теорії сучасної загальної педагогіки; теоретичні уявлення про організацію освітнього процесу; теорії особистості та її розвитку в навчанні й діяльності; теорії й методики спортивного тренування, теорії й методики фізичного виховання; теоретико-методологічні засади формування системи спорту для всіх в Україні; концепції рекреаційно-оздоровчої діяльності різних груп населення; концептуальних основ фітнесу; термінологічний апарат дослідження, концептуальні положення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Технологічний рівень концепції дослідження передбачає розробку програми дослідження та вибір методів дослідження. Програма дослідження містить теоретичну та практичну складові. Теоретична складова програми дослідження містить розкриття сутності проблеми, сформульовані об'єкт, предмет, мету і завдання дослідження, висунену загальну гіпотезу дослідження, попередній аналіз проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закордонних та вітчизняних закладах вищої освіти, розробку теоретико-методологічних засад професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів.

Практична складова програми дослідження спрямована на здійснення констатувального та формувального експериментів.

Методологічним підґрунтям для обґрунтування концепції дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти визначено такі методологічні підходи:

– діалектичний (передбачає необхідність проектування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з позицій аналізу історичних періодів та основних тенденцій її становлення й циклічного розвитку; необхідність виявлення, усвідомлення й подолання суперечностей між наявними ресурсами особистості та вимогами, що до неї висуваються; суперечностей між педагогічним та ринковим аспектами діяльності фітнес-тренера; між комерціалізацією поняття «освітня послуга» та несумісністю товарних відносин у навчально-виховному процесі);

– екзистенціальний (дає можливості для спрямування професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти на створення умов для формування в студентів власної системи мотивів та цілей, рефлексії, усвідомлення важливості морального вибору й відповідальності за нього, формування пріоритету цінності творчості та праці);

– системний (дає підстави тлумачити професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як відкриту педагогічну систему);

– соціокультурний (передбачає необхідність орієнтації стратегічних й тактичних завдань професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти на чинники соціокультурної ситуації);

– акмеологічний (спрямовує професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів на формування у них особистісної спрямованості на максимальну професійну та особистісну самореалізацію);

– компетентнісний (орієнтує професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів на результат, тобто поступове формування у них професійних компетентностей);

– професіографічний (передбачає з'ясування професіографічних складників діяльності фітнес-тренера, зокрема професійно важливих якостей особистості як основи для початкової стадії при проектуванні змісту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів);

– особистісний (передбачає розробку системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів з урахуванням їхніх базових потреб, очікувань, рівня професійної та навчальної мотивації та індивідуально-типологічних особливостей);

– діяльнісний (передбачає моделювання структури навчально-професійної діяльності студента на основі конкретних виробничих функцій фітнес-тренера, активізацію й переведення його на позицію суб'єкта пізнання, праці й спілкування, вольового спонукання до формування умінь стратегічно та оперативно планувати навчальну діяльність й оцінювати власні досягнення).

Сукупність цих методологічних підходів, вихідних концептуальних положень, їх взаємодоповнюваність та коригування, забезпечує можливість всебічного пізнання досліджуваного феномену професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети й визначених завдань були застосовані такі методи дослідження:

– *теоретичні*: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел – з метою теоретичного аналізу проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; історико-логічний метод – з метою дослідження генези становлення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України; аналіз документальних матеріалів та інтернет-ресурсів – з метою узагальнення практичного досвіду професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закордонних закладах вищої освіти; дедуктивний, аксіоматичний, гіпотетико-дедуктивний, індуктивний методи – для визначення структури професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, й характеристики критеріїв, показників та рівнів її сформованості; системний метод, формалізація – для

обґрунтування концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; ідеалізація та педагогічне моделювання – з метою розроблення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та організаційно-методичного супроводу її реалізації;

– *емпіричні*: анкетування, метод експертних оцінок – з метою узагальнення практичного досвіду професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вітчизняних закладах вищої освіти; педагогічний експеримент (констатувальний та формувальний, що складався з підготовчого, основного і контрольньо-аналітичного етапів); тестування (дидактичне та психодіагностичне) – з метою експериментальної перевірки ефективності розробленої системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти;

– *методи статистики*: методи описової статистики, непараметричні методи порівняння для залежних вибірок (зокрема коефіцієнт конкордації W), методи порівняння номінальних даних (критерій однорідності χ^2 Пірсона) – з метою опрацювання результатів педагогічного експерименту та визначення достовірності отриманих результатів.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

– *вперше* сформульовано та науково обґрунтовано теоретичні та методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти:

– розроблено систему професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, що є підсистемою загальної системи вищої освіти фахівців сфери фізичної культури і спорту, утворюється упорядкованою єдністю об'єктивно взаємопов'язаних і взаємообумовлених структурних підсистем (блоків), забезпечує формування професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів; системотвірним фактором у ній є сукупність соціального запиту, вимог роботодавців, нормативної бази, світового досвіду підготовки та цільового блоку (мета і завдання професійної підготовки, компоненти та види компетентностей майбутніх фітнес-тренерів); системорегулювальним – методологічний блок (комплекс методологічних

підходів та принципів); системонаповнювальним – сукупність змістового блоку (навчальний план та етапи професійної підготовки), організаційно-технологічного блоку (методи, засоби, форми навчання, педагогічні умови, суб'єкти педагогічної діяльності) та діагностично-результативного блоку;

- обґрунтовано авторську концепцію професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка визначає її мету, термінологічний апарат, методологічні підходи, закономірності та сукупність загальних і специфічних принципів;

- визначено структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, містить мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, особистісний і праксеологічний компоненти й утворюється системою загальних, базових і спеціальних компетентностей (дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольної-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної);

- створено діагностичний інструментарій для оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, який містить: комплекс діагностичних методик, критерії (мотиваційно-вольовий, ціннісно-смысловий, когнітивно-інтелектуальний, операційно-технологічний, соціально-психологічний), показники та рівні;

- *уточнено* змістові характеристики понять: «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «фітнес-послуга»; історичні аспекти становлення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в Україні та своєрідність професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти США та Канади, Великої Британії, країн Європейського Союзу та Австралії;

- *удосконалено* зміст, форми і методи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти;

– *подальшого розвитку набули* наукові положення щодо застосування сучасних інтерактивних та інформаційно-комунікаційних технологій у процесі моніторингу результативності професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що в закладах вищої освіти впроваджено систему професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів та Галузевий стандарт вищої освіти підготовки з галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» за напрямом 6.010203 «Здоров'я людини»: освітньо-кваліфікаційну характеристику, освітньо-професійну програму та засоби діагностики якості вищої освіти (кваліфікація 3475 «Фітнес-тренер»); підготовлено монографію «Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика»; створено навчально-методичні комплекси з дисциплін «Вступ до спеціальності», «Фітнес-технології», «Професійна майстерність», «Рекреаційні технології», «Практика за профілем майбутньої роботи» та «Ознайомча практика», а також комп'ютерну програму «ВСІ: педагогічна діагностика рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів» (у співавторстві з Л. П. Сущенко та В. О. Івченко отримано Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 80629 від 30.07.2018, видане Управлінням державних реєстрацій Департаменту інтелектуальної власності Міністерства економічного розвитку і торгівлі України).

Матеріали дослідження можуть бути використані науково-педагогічними працівниками при створенні навчальних посібників, методичних рекомендацій з професійно орієнтованих дисциплін, студентами у процесі підготовки науково-дослідних та кваліфікаційних робіт, наукових і творчих проектів, а також у системі підвищення кваліфікації фахівців відповідного профілю.

Основні положення та результати дослідження **впроваджено** у навчальний процес Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (довідка від 15 травня 2018 року № 07-10/744), Національного університету фізичного виховання і спорту України (довідка від 01 червня 2018 року

№ 018- 622), Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (довідка від 29 травня 2018 року № 1255), Харківської державної академії фізичної культури (довідка від 31 травня 2018 року № 021/433), Хмельницького національного університету (довідка від 12 червня 2018 року № 81), Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (довідка від 31 травня 2018 року № 10/17-1475).

Особистий внесок здобувача. Усі наведені в дисертації результати отримані автором самостійно. У спільних публікаціях автором: розроблено методологічні підходи до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти [81]; проаналізовано історичні етапи становлення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти [78]; визначено перелік професійних обов'язків фітнес-тренерів [79, 101]; розкрито сутність компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів [622]; охарактеризовано специфіку професійної підготовки у Федеративній республіці Німеччині, Республіці Австрії та Естонській Республіці [86]; обґрунтовано базові професійні компетентності та результати навчання бакалавра зі здоров'я людини, зміст освітньо-професійної програми підготовки бакалавра напряму підготовки 6.010203 «Здоров'я людини», кваліфікація 3475 «Фітнес-тренер» [123]; описано структуру навчальних планів закладів вищої освіти Чеської республіки, у яких здійснюється професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів [73]; розкрито рівні готовності до професійної діяльності фахівців у сучасних центрах оздоровчого фітнесу, SPA& Wellness [95]; здійснено інтерпретацію результатів [623].

Апробація результатів дисертаційного дослідження. Основні положення та результати дисертаційного дослідження висвітлено й обговорено на науково-практичних конференціях, зокрема, *міжнародних*: «Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму» (Запоріжжя, 2012, 2013, 2016); «Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді» (Бердянськ, 2013); «Актуальні проблеми вищої професійної освіти України» (Київ, 2014, 2017); «Проблеми активізації

рекреаційно-оздоровчої діяльності населення» (Львів, 2014, 2016); «Міжнародна діяльність університетів як фактор інноваційного розвитку вищої школи» (Маріуполь, 2015); «Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту» (Київ, 2014, 2013, 2018); «Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі» (Одеса, 2017); «Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку» (Харків, 2017); «Здоров'я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кращі практики» (Київ, 2018); *всеукраїнської*: «Європейські цінності спортивної освіти» (Київ, 2018); засіданнях кафедри Національного університету фізичного виховання і спорту України та кафедри фізичної реабілітації Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.

Кандидатська дисертація на тему «Физические средства реабилитации в подростковой гинекологии» зі спеціальності 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення була захищена 1999 року в Національному університеті фізичного виховання і спорту України. Матеріали кандидатської дисертації в тексті докторської дисертації не використовувалися.

Публікації. Основні наукові положення дисертаційного дослідження опубліковано в 37 наукових працях, серед яких: 1 монографія, 16 статей у наукових фахових виданнях України, 6 статей у виданнях, віднесених до міжнародних наукометричних баз даних, з них 3 статті у зарубіжних фахових виданнях; 12 статей у збірниках матеріалів конференцій та інших видань, 1 нормативний документ, 1 комп'ютерна програма.

Структура й обсяг дисертації. Робота складається з анотації українською й англійською мовами, вступу, шести розділів, висновків, списку використаних джерел (628 найменувань), 14 додатків. Загальний обсяг дисертації становить 544 сторінки, серед них 407 сторінок основного тексту. Дисертація містить 56 таблиць та 71 рисунок.

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 освіти у сфері фізичної культури та спорту, проаналізувати теоретико-методичні аспекти професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури 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 [226, с. 155].

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 [218, 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 [409, с. 5]. Це, на думку Г. Калінічевої, «детермінує направленість вищої освіти на сприйняття зміни як природної норми, а застою – як прикрого винятку» [229, 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 [259, с. 25].

М. Кудря розглядає і негативні прояви глобалізації, які визначаються у загрозі втрати національно-культурної ідентифікації, глобальній маркетизації, прагматизації з причин поглинання англо-американською моделлю вищої школи [270, с. 145]. В зв'язку з цим, 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 [169, 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) [161].

Нам видається, що концепція європеїзації вищої освіти має неоднозначне трактування та не завжди розглядається позитивно всіма країнами-учасницями 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 [358, с. 5-7].

Ми цілком згодні з Є. Ніколаєвим про те, що до негативних тенденцій, які залишаються в системі вищої освіти України, відносяться: 1) ізоляваність 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 [328, с.14].

В. М. Разуванов до основних тенденцій, реформ і перетворень у системі вищої освіти відносить: фундаменталізацію; гуманітаризацію; імператив неперервності освіти; інтелектуалізацію; динамізацію; демократизацію та гуманізацію [355, с. 19].

Суть модернізації вищої освіти і підвищення її якості на інноваційних засадах Н. О. Белікова вбачає в узгодженні змісту навчальних планів підготовки майбутніх фахівців із програмами підготовки фахівців у закордонних країнах та їх адаптації в межах України; подоланні традиційних меж розподілу між «навчальним», «позанавчальним» і «вільним» часом; 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; 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; інтегрованому поєднанню загальнодидактичних методів та методів активного навчання [52, с. 164].

Отже, проблема приєднання вищої освіти України до Болонського процесу залишається предметом живих 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 освіта у сфері фізичної культури та спорту України, як вважає І. Р. Свістельник, «має величезний досвід підготовки фахівців, розгалужену матеріально-технічну базу, величезний інтелектуальний потенціал..., вагомими є досягнення в інформаційному забезпеченні навчального процесу» [388, с. 8]. Проте, вища освіта, на думку Л. В. Денисової, «переживає переламний момент, який супроводжується переорієнтацією вищої школи у відкриту систему освіти» [150, 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» [430, 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 такі заходи: підвищення рівня інформаційного забезпечення та інформаційної підтримки навчального й наукового процесів; технологічні нововведення; підвищення якості нових інформаційних продуктів [386, 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 [439, 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 [192].

П. Б. Джуринський розглядав 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 [158, с. 149].

Заслуговує 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 [216, 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 [297].

Розглядаючи аспекти професійної підготовки майбутнього тренера-викладача, А. В. Сват'єв 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 [383, с. 519-525]. Дослідником було обґрунтовано структуру професіографічного конструкту «професійна підготовленість майбутнього тренера-викладача», яка утворюється світоглядним, психосоматичним, мотиваційним, автодидактичним і фаховим компонентами [385, 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 [339, 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 [355, 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 [355, 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 [35, 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 процесі; розробку нових науково-дослідних напрямів фізичної культури та спорту; обмін досвідом підготовки фізкультурних кадрів із зарубіжними країнами, включаючи стажування [362, с. 6].

Проблему формування конкурентоспроможності у майбутніх фахівців фізичної культури та спорту детально розглядали такі науковці, як С. А. Хазова та М. М. Ебзеєв. 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) [460, с. 183]. М. М. Ебзеєв 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 [482, 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 [262, с. 90].

Ми згодні з думкою Ф. І. Собяніна про те, що однією з проблем професійної підготовки фізкультурних кадрів є «фрагментарна» підготовленість студентів закладів вищої освіти фізкультурного профілю. 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 [418, с. 48].

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; 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» [253, 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 такі: 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) [379].

На особливу актуальність системи професійної перепідготовки та підвищення кваліфікації фахівців для сфери фітнесу вказують Л. В. Руднева, С. А. Шепеленко та А. Ю. Фролов [368, с. 312], С. І. Смирнов [416, с. 16], Є. В. Шестакова [477, 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 [451].

Д. Г. Калашніков обґрунтував зміст і структуру навчальної програми на курсах підвищення кваліфікації фахівців фітнес-клубів [225, 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 бодібілдингу та фітнесу» (165 годин); 4) «Майстер-тренер» (24 години); 5) «Еліт-тренер» (24 години) [23].

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) [322].

Така ж система підготовки пропонується й у приватних організаціях. Так, у Санкт-Петербурзі Академія Фітнесу спільно з Коледжем бодібілдингу 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 бодібілдингу та фітнесу, основ лікарського контролю, дієтології, психології, основ біохімії, анатомії, фізіології та біомеханіки) [243]. 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 [243].

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» [479], Академію фітнесу [6], Центр підготовки кадрів фітнес індустрії «Summit» [470]. 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» [479].

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) [470].

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 [253, с. 194].

Ми згодні з Т. Е. Кругловою [263, с. 237], О. Г. Сайкіною та Ю. В. Смирновою [376] 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, поверхневе 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 [569] та R. Cotton [522] 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. Сиднева, А. О.Твеліна та ін.

Так, Л. В. Сиднева розглядала процес викладання дисципліни «Оздоровча аеробіка» для студентів закладів вищої освіти фізкультурного профілю, визначила алгоритм їх навчання та його специфічні засоби [401, 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 [116, 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 [349, с. 16].

Д. В. П'ятницька запропонувала загальні та конкретні форми організації навчання у процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів [354, 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» [247, 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 [249, с. 98-107].

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; впровадити навчальну систему для самостійної роботи із застосуванням відеоуроків з віртуальним тренером, відеороликів, малюнків, схем [136, с. 165].

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. Гладишева. 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 [130, 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 [414, 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 [25, 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» [38, 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 лише одним з компонентів цієї діяльності. Водночас є очевидним, що проблема професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти не достатньо досліджена у педагогічній теорії. Не отримали обґрунтування концепція та система 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 поглибити 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. Андрєєва, історія оздоровчої фізичної культури нараховує декілька десятиліть і має цінний науково-практичний досвід [15, с. 222]. Основні аспекти періодизації підготовки фізкультурно-спортивних кадрів у період XVI- XX століття детально проаналізовані у роботах В. М. Видріна [120], Ю. Войнара [114], Т. С. Лисицької [289], Л. П. Сущенко [430] 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 [289, 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. [430, 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 XX 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» [289, 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 [174, 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» [174, 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 [174, 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» [174, 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» [387, с. 7].

О. В. Андрєєва 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» [14, 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. [380, 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) [387, 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 [141, 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 [141, 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 (нині – 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 країн» (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 [67, 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 [284, 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. Андрєєвої 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» [14, 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. Вашук 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 [103, 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 [282, с. 88].

За влучним визначенням В. І. Григор'єва, поняття «фітнес» стало культурологічним віддзеркаленням західного стилю життя, успішності та заможності [142, 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)» [174, 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 спостерігалось 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 [225, с. 6], Г. М. Лаврухіна [279, с. 96], О. Г. Сайкіна [378, 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. Андреевою та О. Л. Благій, що вищевказані наукові розробки були підґрунтям до початку методологічного проектування системи підготовки фахівців [14, 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 [283, 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. Термінологічний апарат професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Загальновідомо, що завжди нове наукове знання конкретизується в понятійному апараті та формує певний тезаурус, тобто систематизований

комплекс синонімічних і споріднено-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», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «заклад вищої освіти».

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). 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» [8, с. 15].

Як вказують С. О. Альошина та О. С. Заїр-Бек, наука визначає професію в контексті трудової діяльності [10, с. 23].

В. М. Владіміров виділяє два підходи до розкриття сутності професії: діяльнісний та особистісно-кваліфікаційний [112, 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 |
|---|--|
| 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 [228, с. 63]. |
| Рід трудової діяльності, що вимагає спеціальних теоретичних знань та практичних навичок і є джерелом існування (від лат. <i>professio</i> – оголошую свою справу). | «Сучасний словник іншомовних слів» [408, с. 145]. |
| 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» [66, с. 124] |
| 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 [124, с. 158]. |
| Фах | «Великий тлумачний словник української мови» [69, с. 1530]. |

У «Національному класифікаторі України ДК 003:2010» поняття «професія» розглядається з позицій особистісно-кваліфікаційного підходу, що акцентує увагу на носії професії – людині. У цьому документі зазначається, що професія – це «здатність виконувати подібні роботи, які вимагають від особи певної кваліфікації» [324]. 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» [324].

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 [306, с. 151].

У підручнику «Гігієна праці» за редакцією А. М. Шевченка поняття «професіограми» тлумачиться як опис психологічних вимог професії до діяльності та особистості людини [476, 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 [273, с. 24].

М. В. Рижаків [372, с. 21] та В. А. Сластьонін [412, с. 125-130] виділяють триблочну структуру професіограми, що містить трудограму – опис праці в професії; психограму – опис людини в праці; соціограму – опис особистості в професії.

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 [266, с. 137].

Дещо іншу структуру пропонує Н. Г. Кошелева. До змісту професіограми нею віднесено: «місія» професії, її роль у суспільстві; поширеність професії (типові для даної професії установи, підприємства, організації); предмет праці в професії; професійні знання; діяльність, дії, прийоми, уміння, способи роботи, технології, техніка, що застосовуються в даній професії; засоби праці; умови праці; форми індивідуальної, сумісної, групової діяльності, що переважають у даній професії; види професійного спілкування й позиції в ньому; норми виконання й терміни; соціальний статус і посади в рамках професії; продукт праці (або його результат); критерії оцінки результату праці; рівні професіоналізму й кваліфікаційні розряди в даній професії, категорії та їх оплата [255, 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 [392, 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. [392, 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 [392, 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 [392, 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 [201, с. 85].

Перша група вчених розглядає модель фахівця, як модель його діяльності (соціальне замовлення) (В. Є. Анісімов, Н. С. Пантіна [17, с. 105], О. А. Смирнова [417, с. 120] та ін.). Друга група дослідників розглядає модель фахівця, як модель його професійної підготовки (як результат професійної освіти, кваліфікації).

На рис. 1.1 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. На її думку, саме сутність діяльності фахівця повинна служити підґрунтям для перебудови навчально-виховного процесу [417, с. 116- 124].

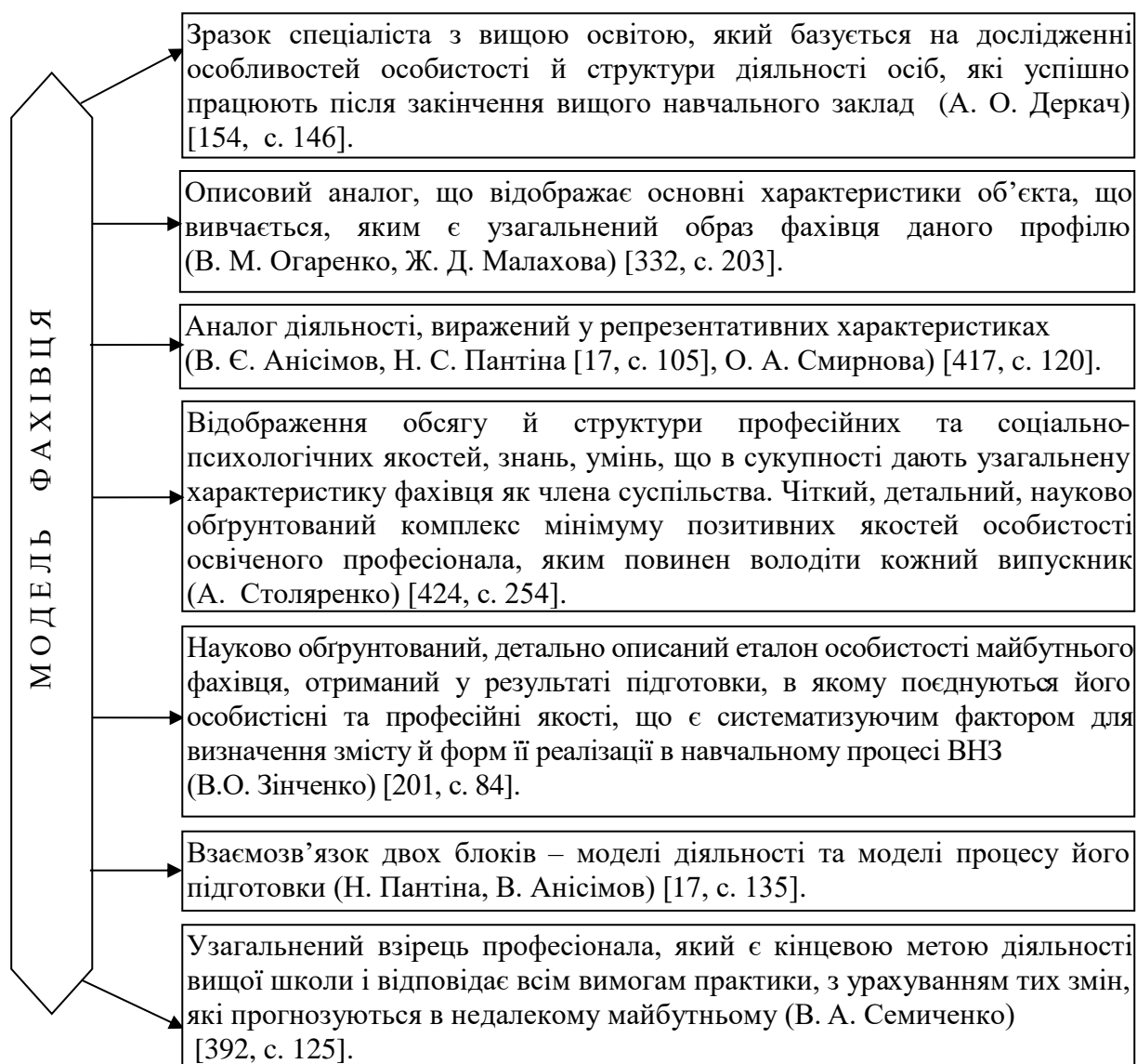


Рис. 1.1. Варіанти тлумачення поняття «модель фахівця»

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 [311, 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) [332, 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 [201, 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» [350, 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» [134, с. 48]. Дане визначення ми й будемо застосовувати в нашій науковій роботі.

Розглянемо сутність поняття «професійна підготовка».

Як видно з таблиці 1.2 у науковій літературі поняття «професійна підготовка» тлумачиться неоднозначно.

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) [294, 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) [66, 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») [224, с. 390]. |
| | Процес опанування знаннями, уміннями та навичками, що дозволяють виконувати роботу в певній галузі («Психолого-педагогічний словник») [356, 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) [430, с. 15]. |
| | Процес повідомлення відповідних знань та формування у тих, хто навчається, відповідних умінь і навичок (Ю. О. Дорошенко) [166]. |
| | Керований навчально-виховний процес, який спрямований на оволодіння освітньо-кваліфікаційними характеристиками певної спеціальності відповідного рівня (М. В. Кулакова) [277, 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) [326, 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») [435]. |
| | 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) [254, с. 150]. |
| Здобуття кваліфікації за відповідним напрямом підготовки або спеціальністю (Закон України «Про Вищу освіту») [187]. | |

Продовження табл. 1.2

| | |
|------------|---|
| 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) [443, 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») [43, 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) [338, с. 4]. |

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 [458, 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 [458, с. 241].

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 [169, 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 [474, 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) [392, 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 [219, 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 [135, 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 [258, с. 46]. На рівні теоретичного подання, на думку вченого, формується методологічний задум, здійснюється ретельне філософське, соціальне, психолого-педагогічне обґрунтування. 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 [258, с. 46]. На рівні навчального матеріалу, призначеного для

засвоєння, вказуються конкретні професійні компетенції, які повинні бути сформовані в цьому навчальному предметі. На суб'єктивно-особистісному рівні здійснюється професійно-особистісна рефлексія, проектування власних освітніх маршрутів – індивідуальних освітніх програм самими студентами [258, с. 47].

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 [338, с. 4].

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 [460, с. 52].

Розглянемо сутність поняття «компетенції» (рис. 1.2).

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 [232, с. 174].

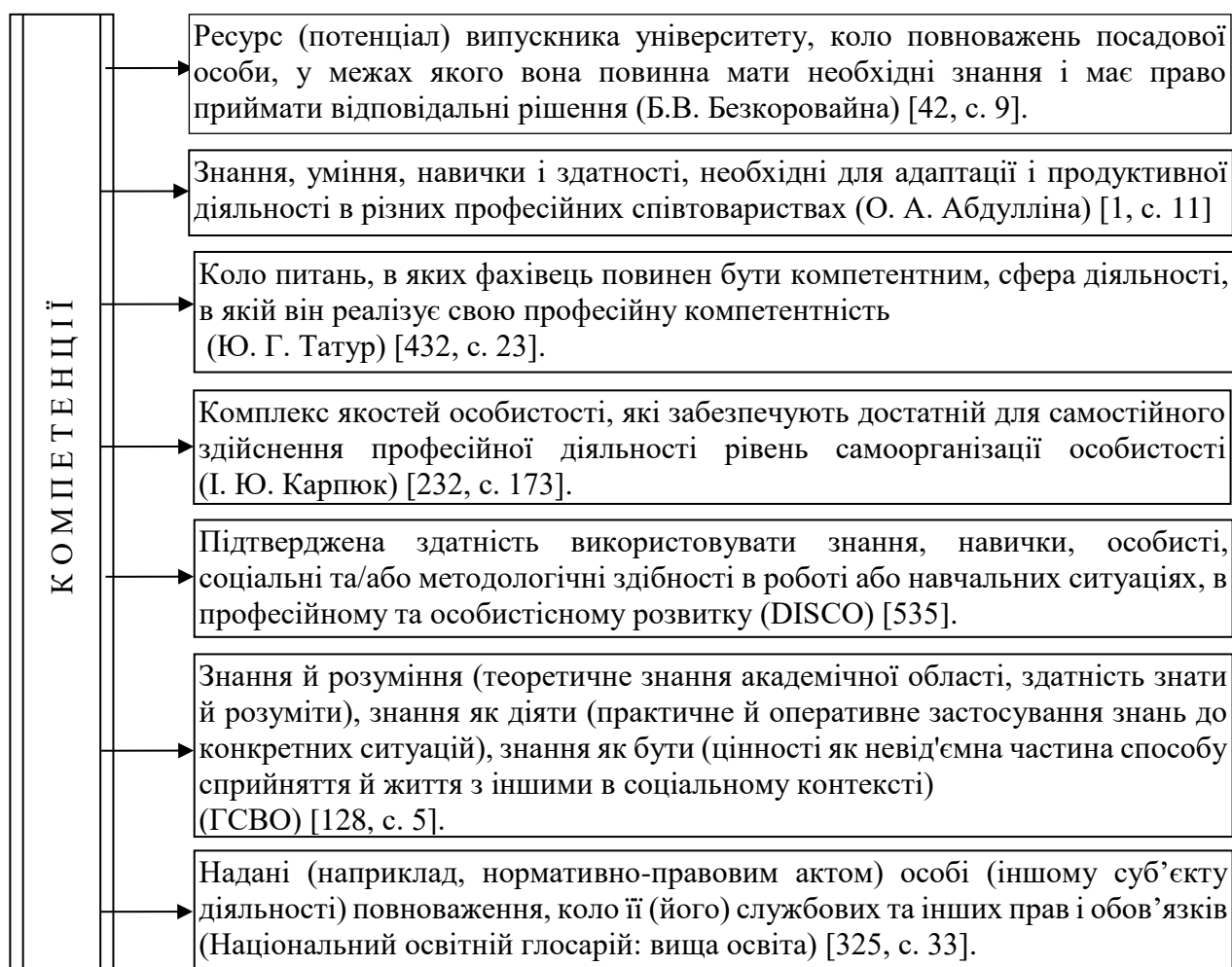


Рис. 1.2. Варіанти тлумачення поняття «компетенції»

У Швеції професійні компетенції розглядають як інтегроване поєднання знань, здатностей і установок, які дозволяють людині виконувати трудову діяльність у сучасному трудовому середовищі [232, с. 174]. 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.

У Великій Британії компетенції використовують як конструктори проектування стандартів, які є елементами компетенції (критеріями діяльності або мірою якості; сферою застосування; необхідними знаннями) [232, с. 174].

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 [39, с. 435].

С. О. Альошина із співавторами, аналізуючи зміст «Європейського словника навичок і компетенцій» (DISCO), зазначають, що методологія опису 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; 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» [10, 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 [161].

Ми переконані в тому, що поняття «компетенції» слід розуміти в контексті, поданому в «Національному освітньому глосарії: вища освіта» [325, 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 [325, 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».

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») [441]; («Сучасний економічний словник») [356]; («Словник синонімів російської мови») [471, с. 318]; («Новітній словник іноземних слів і висловів») [329, с. 114].

2. Рівень освіченості, що характеризується здатністю вирішувати завдання в різних сферах життєдіяльності на базі теоретичних знань («Тлумачний словник з інформаційно-педагогічних технологій») [440].

3. Здатність вирішувати професійні завдання певного визначеного класу, що вимагає наявності реальних знань, вмінь, навичок і досвіду (І. А. Зязюн) [204, 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) [42, с. 7].

4. Упевненість та рівень професіоналізму (Т. Е. Круглова) [263, с. 220].

5. Коло повноважень будь-якого органу або особи («Словник іноземних мов») [415, с. 247]; коло питань, у яких дана особа має пізнання, досвід («Сучасний словник іноземних слів») [268, 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) [232, 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) [432, с. 25]; інтегральна характеристика ділових, особистісних

якостей фахівця, рівень знань та вмінь, достатній для досягнення мети даного виду діяльності («Енциклопедія професійної освіти») [39, 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) [241, с. 3]; системна характеристика особистості, яка динамічно розвивається (сукупність здібностей, знань, вмінь, 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) [271, с. 128]; інтегрована особистісно-діяльнісна категорія, яка формується під час навчання в результаті поєднання початкового особистого досвіду, знань, умінь, навичок, особистісних цінностей та здатності їх застосування в процесі продуктивної діяльності стосовно кола предметів і процесів певної галузі людської діяльності» (О. С. Заблоцька) [184, с. 55].

7. Якість дій працівника, що забезпечують адекватне та ефективно вирішення професійно-важливих предметних завдань, що мають проблемний характер, а також готовність нести відповідальність за свої дії («Довідник кваліфікаційних характеристик професій працівників») [320].

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) [460, 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) [309, с. 82].

10. Динамічна комбінація знань, вмінь 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») [187].

С. А. Хазова визначає поняття «професійна компетентність» як компонент конкурентоспроможності [460, с. 18].

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» [128, с. 11].

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 [169, 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» [187]. 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 / творчій) 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» [187].

Окреслюючи завдання вищої школи, В. А. Семиченко вказує, що вони завжди перевищують прагматичні цілі прямого надання професійних знань, умінь, навичок [392, 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. 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 [392, 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 [187].

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» [187].

Статтею 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» [187].

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» [187].

В. Л. Ортинським [336, с. 157], Н. В. Кузьміною [273, с. 10] та іншими науковцями заклад вищої освіти розглядається як педагогічна (освітньо-виховна) система.

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 [267, 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 непідвладною кон'юктурі [336, 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 [446, 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 [161].

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 [328, 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, генерувати свої ідеї, перетворюючи їх в інновації; діяти в ситуації мінливості, невизначеності і вміти «добудовувати» інформаційну картину світу, гнучко пристосовуючись до змін; здатність до діалогу, толерантного спілкування [209, 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 [392, с. 125].

Іншим завданням в діяльності закладів вищої освіти, на думку О. Ю. Ігнат'євої, є забезпечення періодичного підвищення кваліфікації кадрів. Така вимога вже призвела до виникнення нового терміну – «Longlife Learning» або «навчання протягом усього життя» [209, с. 215].

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-регулювальну, 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», «професійна компетентність», «професійні компетенції». Конкретизовано сутність таких понять, як: «заклад вищої освіти» та «професійна підготовка».

За логікою викладу наукового матеріалу, дефінітивний аналіз базових педагогічних понять має 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, що формується у закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти». (рис. 1.3).



Рис. 1.3. Дефініції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Розглянемо сутність поняття «фітнес» (табл. 1.3).

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

| Визначення | Автор |
|--|---|
| Загальна (а не тільки фізична) готовність людини до виходу з «потоків 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 [118, с. 10]. |
| Оптимальний фізичний стан, що включає досягнення певного рівня результатів виконання рухових тестів і низький рівень ризику розвитку проблем зі здоров'ям. | А. А. Боляк [62, с. 110]. |
| Прагнення до оптимальної якості життя, що включає соціальний, психічний, духовний і фізичний компоненти. | М. В. Осиченко [337, с. 16]. |
| 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 специфічний продукт оздоровчих, рухових, видовищних послуг, які надаються населенню. | О. Г. Сайкіна [380, с. 136]. |
| 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 [464, с. 10]. |
| 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 [118, с. 13]. |
| Система фізичних вправ оздоровчої спрямованості, узгоджена з індивідуальним станом психофізичної сфери людини, її мотиваційною визначеністю та особистою зацікавленістю. | А. В. Менхін [313, с. 76]. |
| 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 [200, с. 1]. |
| 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 [141, с. 7-15]. |
| 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 [416, с. 5]. |

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. 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 кожен 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, буквальний переклад з англійської мови терміна «фітнес» («придатність») і сам неологізм не розкривають суспільну сутність фітнесу, його ідейну основу і передісторію розвитку [316, с. 34].

На думку А. Б. Мирошникова, 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 [316, 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 [316, 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 [527, 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 [380, 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 [380, 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 [141, 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 [377, с. 136].

Розглядаючи фітнес як соціальну систему, О. Г. Сайкіна у своїй монографії обґрунтувала її компоненти [377, 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 [377, 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 [377, с. 26].

Е. Хоулі та Б. Френкс виділяють три основні види фітнесу: загальний фітнес, фізичний (оздоровчий) фітнес, спортивно-орієнтовний [464, 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 [148, 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) [118, 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 роликових ковзанах, і плавання, і велосипедні прогулянки – все це можна віднести до фітнесу [65, 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» [464, с. 10]. Американський термін «фітнес» при згадці його в популярних журналах, розмовній лексиці та мережі інтернет, асоціюється з успішністю і благополуччям [464, 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 [595, 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) [24, 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 [380, 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 [250, 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 [202, 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 [104, с. 30].

Проведений аналіз нормативної літератури і наукових праць С. І. Росенко [363, с. 181-186], Т. Є. Круглової [263, с. 220], В. І. Григор'єва [141, с. 14] 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 запитами 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» тлумачиться нами як діяльність виконавця, спрямована на задоволення потреб споживача у фізичному розвитку, фізичному вдосконаленні, збереженні та відновленні здоров'я, активному відпочинку, навчанні, спілкуванні тощо, яка реалізується відповідно до розроблених фітнес-програм у форматі групових, індивідуальних або самостійних занять, рекомендацій з раціонального харчування, корекції поведінки, із застосуванням спеціального обладнання та за участі фахівців (тренерів, лікарів, дієтологів, велнес-коучів).

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» [12] і «Тлумачному словнику російської мови» за редакцією Т. Ф. Єфремової [441], 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 [513].

У «Великому енциклопедичному словнику» поняття «тренер» розглядається як викладач фізичної культури – фахівець у певному виді спорту [63].

У «Словнику української мови» поняття «тренер» визначається як «фахівець, що керує тренуванням спортсменів із певного виду спорту» [53].

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» [162].

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 [162].

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 [13].

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 [403, 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 [149, с. 23]. У своєму дослідженні М. Данилко підсумовує, що професія «тренер» належить до соціологічної, оскільки предметом його праці є людина. 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 [149, 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 [31, 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 [180, 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) [149, 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 [117, 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 [13].

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. Эрл 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 [485, 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 [494].

Розглядаючи змістові характеристики цього поняття, А. Б. Мирошников тлумачить діяльність фітнес-тренера як певну форму наставництва [316, 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 [316, с. 36].

Визначимо поняття «фітнес-тренер». Це фахівець, який у груповому та/або індивідуальному форматі надає фітнес-послуги з навчання, викладання та/або розробки програм виконання фізичних вправ, застосування інвентарю та обладнання для різних груп населення, з урахуванням їхніх потреб, пов'язаних із прагненням до оптимальної якості життя, що охоплює 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» [113, 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» [113, 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» [365, 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 [187].

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 [430, 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» [414, 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, що пов'язана з оздоровленням та фізичним вдосконаленням різних груп населення, із застосуванням інноваційних засобів, методів, організаційних форм фізичної культури, інвентарю та обладнання на основі довільного і мотивованого їх вибору споживачами фітнес-послуг.

А. В. Сватсьєв 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» [385, с. 210].

За логікою дефінітивного аналізу визначимо сутність поняття «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти», що розглядається нами як інтегративна характеристика особистості, яка є результатом підготовки випускника закладу вищої освіти, визначається сформованістю знань, умінь і навичок, професійно-важливих, світоглядних та громадянських якостей, що в сукупності забезпечує можливість виконання ними 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 або 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 здобуття ступеня бакалавра (кваліфікація «Фітнес-тренер») і формування професійної компетентності випускників, що дасть їм змогу після завершення освітньої програми успішно реалізувати отримані знання та професійні навички у діяльності з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

Отже, розглянуто термінологію спеціального контексту 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, що формується у закладах вищої освіти» та «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти».

Подані в першому розділі матеріали свідчать про необхідність детального вивчення підстав для розробки концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Висновки до першого розділу

Аналіз педагогічної літератури та літератури з проблем у сфері фізичної культури і спорту 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.

Науковці (Т. Ю. Круцевич, О. В. Андрєєва, 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.

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».

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. Андрєєва, С. В. Бренч, Л. Ващук, В. І. Григор'єв, 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. 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. Сиднева та ін.).

Зроблено висновок, що професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти стала предметом обмеженої кількості досліджень вітчизняних і зарубіжних науковців. Окремі аспекти підготовки майбутніх фахівців різних спеціалізацій для сфери оздоровчого та спортивного фітнесу розглядали О. О. Гладішев, Т. С. Лисицька, В. О. Пономарьов, Л. В. Сиднева, П. А. Слобожанінов, А. О. Твеліна та інші.

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.

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 термінологічного апарату професійної підготовки майбутніх фахівців у закладах вищої освіти дозволив уточнити сутність понять загального та спеціального контексту професійної підготовки майбутніх фахівців з вищою освітою. До понять загального контексту віднесено такі, як: «професія»,

«професіограма», «модель фахівця», «професійна підготовка», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «заклад вищої освіти». До понять спеціального контексту – «фітнес-послуга», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти».

Фітнес-послуга тлумачиться як діяльність виконавця, спрямована на задоволення потреб споживача у фізичному розвитку, фізичному вдосконаленні, збереженні та відновленні здоров'я, активному відпочинку, навчанні, спілкуванні тощо, яка реалізується відповідно до розроблених фітнес-програм у форматі групових, індивідуальних або самостійних занять, рекомендацій з раціонального харчування, корекції поведінки, із застосуванням спеціального обладнання та за участі фахівців (тренерів, лікарів, дієтологів, велнес-коучів).

Фітнес-тренер тлумачиться як фахівець, який у груповому та/або індивідуальному форматі надає фітнес-послуги з навчання, викладання та/або розробки програм виконання фізичних вправ, застосування інвентарю та обладнання для різних груп населення, з урахуванням їхніх потреб, пов'язаних із прагненням до оптимальної якості життя, що охоплює соціальний, психічний, духовний і фізичний компоненти.

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

Професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, тлумачиться як інтегративна характеристика особистості яка є результатом підготовки випускника закладу вищої освіти, визначається сформованістю знань, умінь і навичок, професійно-важливих, світоглядних та громадянських якостей, що в сукупності забезпечує можливість виконання ними

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 або групових занять.

Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти – це педагогічна система, що спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців) та суспільства, спрямована на здобуття ступеня бакалавра (кваліфікація «Фітнес-тренер») і формування професійної компетентності випускників, що дасть їм змогу після завершення освітньої програми успішно реалізувати отримані знання та професійні навички у діяльності з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

Основні наукові положення розділу викладено в опублікованих працях [71, 78, 94, 95, 98].

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Загальна гіпотеза дослідження полягає в тому, що професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти набуває ефективності, якщо вона здійснюється на основі обґрунтованих теоретичних і методичних засад, що розкривають структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, концепцію, систему професійної підготовки таких фахівців та відповідний організаційно-методичний супровід.

Загальна гіпотеза конкретизована у часткових гіпотезах, згідно з якими якість професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти значно підвищиться, якщо: врахувати позитивні здобутки світового досвіду в царині професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; з'ясувати вимоги роботодавців до результативності професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; розробити модель системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; застосувати діагностичний інструментарій для визначення рівнів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти; виявити педагогічні умови, що сприяють успішності досягнення мети професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Досягнення мети і розв'язання поставлених завдань передбачало використання таких груп методів дослідження: теоретичних, емпіричних та методів статистики.

2.1.1. Теоретичні методи дослідження. На теоретичному рівні дослідження були використані такі методи: дедуктивний метод, аксіоматичний метод, гіпотетико-дедуктивний метод, індуктивний метод, ідеалізація та

моделювання, системний метод, формалізація, історико-логічний метод, теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, аналіз документальних матеріалів та ресурсів Інтернету.

Дедуктивний метод (сходження від абстрактного до конкретного) як метод виявлення та обґрунтування методологічних підходів до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; виявлення відповідних закономірностей та принципів.

Аксиоматичний метод як метод побудови наукової теорії, в основі якої є певні вихідні положення – постулати, з яких всі наступні твердження цієї теорії повинні доводитися логічним шляхом. Метод застосовувався з метою розроблення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Гіпотетико-дедуктивний метод передбачав створення системи дедуктивно-пов'язаних між собою гіпотез професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Індуктивний метод як узагальнення наукових фактів, встановлення причинно-наслідкових зв'язків досліджуваних явищ, сходження від часткового до загального, використовувався для з'ясування актуальності означеної проблеми, виявлення протиріччя, які існують у сучасній практиці професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, розробки структури професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, для визначення критеріїв, показників і рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, формулювання загальних висновків. Застосовувалися такі індуктивні методи, як: єдиної подібності, єдиної відмінності, подібності та відмінності, метод супутніх змін, метод залишків. При застосуванні цього методу були задіяні такі операції мислення, як; аналіз, синтез, порівняння, абстрагування та узагальнення.

Ідеалізація та моделювання як специфічні види абстрагування, за допомогою якого ментально утворюються і досліджуються ідеальні об'єкти, що наділяються нереальними, неіснуючими властивостями. Метод застосовувався з

метою розроблення та теоретичного обґрунтування системної моделі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Системний метод як метод розкриття цілісності досліджуваного об'єкта з позицій системи, дозволив визначити структурно-функціональні елементи моделі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, прямі та зворотні зв'язки між елементами та підсистемами; обґрунтувати теоретичні та методичні засади системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; тощо.

Формалізація як метод відображення наукової інформації у знаково-символічній або понятійній формі. Метод застосовувався з метою виявлення, уточнення та тлумачення базових та спеціальних понять професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; оформлення результатів дослідження за допомогою формул; здійснення процесів алгоритмізації при розробці комп'ютерної програми «Всі : педагогічна діагностика рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів».

Історико-логічний метод дозволив з'ясувати історичні передумови, етапи становлення системи професійної підготовки фітнес-тренерів у закладах вищої освіти у всіх її властивостях, закономірних зв'язках та відношеннях. При цьому в процесі використання логічного методу історична реконструкція забезпечує розкриття внутрішньої логіки досліджуваного явища.

Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, аналіз документальних матеріалів та Інтернет-ресурсів були спрямовані на з'ясування стану розробленості проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах реформування вищої освіти; аналіз навчальних планів закладів вищої освіти, які здійснюють підготовку фітнес-тренерів; узагальнення досвіду підготовки таких фахівців за кордоном; визначення закономірностей становлення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в Україні; визначення дефініцій загального та специфічного контексту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; уточнення стратегії освітньої політики України та її нормативно-правову базу;

виявлення існуючих проблем та протиріччя, які склалися у вищій фізкультурній освіті. Це дозволило теоретично обґрунтувати структуру та зміст професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується в закладах вищої освіти, а також визначити загальну стратегію організації дослідження й проектування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

2.1.2. Емпіричні методи дослідження. На емпіричному рівні були використані такі методи: педагогічний експеримент, анкетування, метод експертних оцінок, тестування (дидактичне та психодіагностичне), комплексна методика оцінювання професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується у закладах вищої освіти.

Педагогічний експеримент був спрямований на перевірку ефективності системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та складався з констатувального та формувального експерименту. Метою констатувального експерименту було з'ясування особливостей сучасної практики професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України. Формувальний експеримент був присвячений впровадженню системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та оцінюванню динаміки рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів в експериментальній та контрольній групах. Проведення педагогічного експерименту передбачало застосування комплексу емпіричних методів дослідження, призначених для об'єктивної та доказової достовірності педагогічних гіпотез. До них відносяться: анкетування, метод експертної оцінки, тестування, методи математичної статистики.

Анкетування, як метод письмового опитування за допомогою анкет, проводилося в межах констатувального експерименту з метою підтвердження доцільності розробки системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та з'ясування окремих її аспектів.

Нами було розроблено 3 види анкет відповідно для трьох категорій респондентів.

Перша категорія – це студенти 4-го року навчання, які отримують освітній ступінь «бакалавр» за спеціальністю «тренер з виду спорту», «вчитель фізичної культури», «фітнес-тренер». Метою анкетування студентів було з'ясування певного кола питань щодо бажання працювати в сфері фітнес-індустрії та їх здатності виконувати певні професійні обов'язки фітнес-тренера (Додаток А).

Друга категорія респондентів – це науково-педагогічні працівники закладів вищої освіти фізкультурного профілю. Анкетування мало за мету з'ясування кола питань щодо доцільності здійснення підготовки фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, ступеня обізнаності викладачів із сучасних фітнес-технологій та застосування у навчально-виховному процесі інноваційних методів навчання (Додаток Б).

Третя категорія респондентів – це роботодавці. Метою анкетування було визначення їх думки щодо існуючих проблем підготовки кадрів у фітнес-індустрії, оптимальних варіантів отримання професії «фітнес-тренер», ступінь підготовленості випускників закладів вищої освіти до виконання професійних обов'язків (Додаток В).

Всі анкети передбачали вибір респондентами однієї відповіді з запропонованих.

Метод експертних оцінок [139] застосовувався з метою з'ясування вимог до сучасного фітнес-тренера на основі експертного опитування роботодавців. Метод передбачав оцінку узгодженості думок експертів щодо необхідності включення в профіль фітнес-тренера 15 характеристик, які визначали знання, уміння, навички та професійно важливі характеристики особистості успішного фітнес-тренера. Ці характеристики було отримано із застосуванням методу комісії (проведення відкритих групових дискусій експертів). Експертам (12 осіб) було запропоновано проранжувати представлені характеристики шляхом присвоєння балів від 0 до 5 в залежності від значущості (Додаток В).

Експертами виступили менеджери та презентери фітнес-клубів, які мали стаж роботи у сфері фітнес-індустрії більше 10 років.

Обробка результатів здійснювалася на основі використання методу

безпосереднього оцінювання (бального методу), який передбачає впорядкування досліджуваних показників в залежності від важливості шляхом приписування балів кожному з них.

Тестування, як метод вивчення результатів навчально-виховної діяльності, передбачав застосування дидактичних та психодіагностичних тестів (опитувальників).

Дидактичні тести були спрямовані на діагностичне вимірювання рівня знань та практичних навичок, які мали студенти на певному етапі експерименту. Вони характеризувалися формалізованістю, чіткістю формулювань та стандартизованістю.

Психодіагностичні тести були спрямовані на встановлення індивідуально-психологічних відмінностей особистості майбутніх фітнес-тренерів та передбачали кількісний і якісний аналіз даних. Застосовані психологічні тести характеризувались наявністю шкали інтервалів, надійністю, валідністю, дискримінативністю, наявністю нормативних даних, критеріїв, встановлених експертами.

Розглянемо детально методику тестування, яка застосовувалася на формульовальному етапі педагогічного експерименту з метою визначення рівнів сформованості компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів та оцінювання ефективності системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Для оцінювання рівнів сформованості компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів нами було охарактеризовано критерії та відповідні показники.

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» [489, 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 [478, 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 [298, 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 [302, 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 [303, с. 349].

Ми погоджуємось з думкою О. Ю. 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 [303, 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 [206].

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 [303, 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 [107, с. 246].

Як зазначає В. Макаренко, поняття «рівень» є складним і неоднозначним [302, 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 [302, 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 [460, с. 92]. О. В. Шестакова оцінює професійну компетентність персоналу тренерів-викладачів фітнес-центрів за низьким, середнім, нормальним і високим рівнями [477, с. 2382]. В. Макаренко виділяє такі рівні професійної компетентності: низький (інтуїтивний), середній (репродуктивний), достатній (активний) і високий (творчо-індивідуальний) [302, 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 [155, 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) [161].

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 [144, с. 35]. 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).

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.

Відповідно до компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, нами було виокремлено і конкретизовано їх критерії та показники (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Компоненти, критерії та показники сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів

| Компоненти | Критерії | Показники |
|-----------------|----------------------------|---|
| Мотиваційний | Мотиваційно-вольовий | Прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками. Бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати рівень кваліфікації. |
| | | Здатність до самоконтролю у поведінці. |
| | | Ініціативність та наполегливість у вирішенні поставлених завдань. |
| Аксіологічний | Ціннісно-смысловий | Прагнення особистості до самоактуалізації (цінності зрілої особистості, потреба у пізнанні, креативність, принципиальність, самооцінка, контактність). |
| Гносеологічний | Когнітивно-інтелектуальний | Наявність системи знань із циклу дисциплін професійної підготовки. |
| | | Здатність до реалізації дослідницьких умінь. |
| Праксеологічний | Операційно-технологічний | Сформованість дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної компетентностей. |
| Особистісний | Соціально-психологічний | Сформованість емпатійних, комунікативних, організаторських, лідерських здібностей та конфліктостійкості. |

Для оцінювання рівня сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, було здійснено добір та модифікацію певних методик.

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) [171, с. 82] та «Методики дослідження вольової саморегуляції» (за А. Зверковим і Є. Ейдманом) (Додаток Е) [196].

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 із ключем нараховується один бал (табл. 2.2). Чим вище сумарний бал, тим вище рівень професійної спрямованості. Відповіді на питання 1 і 20 при обробці результатів не враховуються.

Таблиця 2.2

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. 2.3).

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.

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) [473, 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 визначає загальний рівень самоактуалізації особи у відсотках.

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. Прагнення самоактуалізації виражається такими пунктами тесту: 1Б, 26Б, 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.

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 З) та «Діагностичну карту оцінювання дослідницьких здібностей» (додаток И).

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 компетентностей (дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольної-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної, маркетингово-комерційної), що відображають основні професійні функції фітнес-тренера.

Оцінювання здійснювалося шляхом складання балів, виставлених двома експертами (викладачем та методистом практики за профілем майбутньої роботи), а також балу самооцінки студента. Кожний показник необхідно було оцінити від 3 до 0 балів. Виставлені 3 бали відповідали високому рівню демонстрації компетентності, 2 – середньому; 1 – низькому; 0 – критерій не виставлений.

За сумою балів (середнього арифметичного значення) визначався такий діапазон рівня сформованості 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) [58, 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) [454, 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. 2.4).

Таблиця 2.4

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) [240, 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) [454, 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 невимушену 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.

Для спрощення обробки даних студент, який показав високий рівень за кожною методикою отримував узагальнений показник – 3 бали, середній рівень – 2 бали та низький – 1 бал.

Рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за окремими критеріями визначався сумою узагальнених балів, отриманих студентом за кожною методикою, а загальний рівень сформованості

професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, визначався середньо-арифметичною балів, отриманих студентом за кожним з 5 критеріїв (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Шкала оцінювання рівнів сформованості компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів (у балах)

| Компоненти професійної компетентності | Критерій сформованості професійної компетентності | Рівень, бали | | |
|--|---|--------------|----------|---------|
| | | Високий | Середній | Низький |
| Мотиваційний | Мотиваційно-вольовий | 6 | 4 | 2 |
| Аксіологічний | Ціннісно-смысловий | 3 | 2 | 1 |
| Гносеологічний | Когнітивно-інтелектуальний | 6 | 4 | 2 |
| Праксеологічний | Операційно-технологічний | 3 | 2 | 1 |
| Особистісний | Соціально-психологічний | 15 | 10 | 5 |
| Інтегральний показник сформованості професійної компетентності (середня арифметична) | | 6,6 | 4,4 | 2,2 |

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. 2.1).

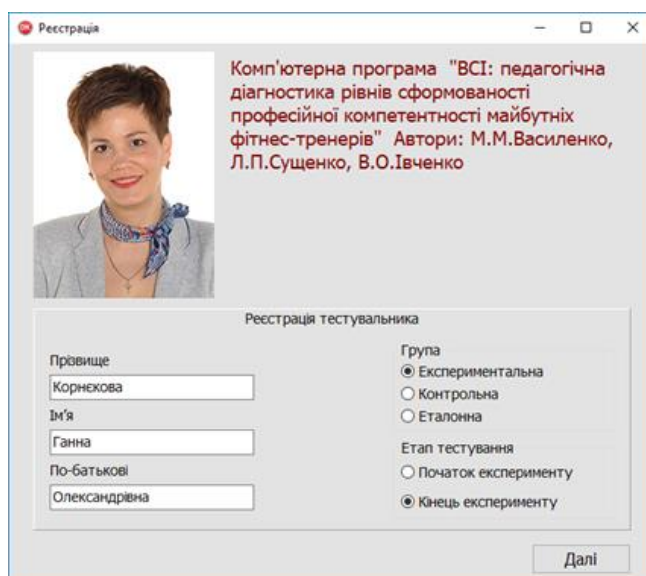


Рис. 2.1. Головне вікно програми

Якщо студент неправильно вказав особисті дані або групу, то програма після перевірки виведе вікно з надписом «Не знайдений у списку групи» (рис. 2.2).

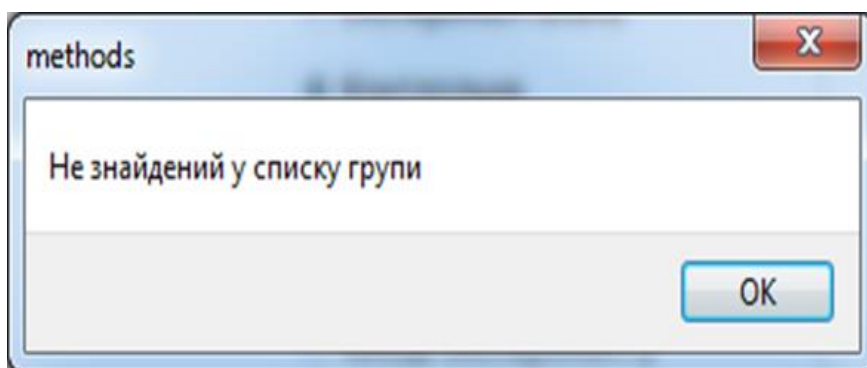


Рис. 2.2. Контроль за введенням даних

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. 2.3).

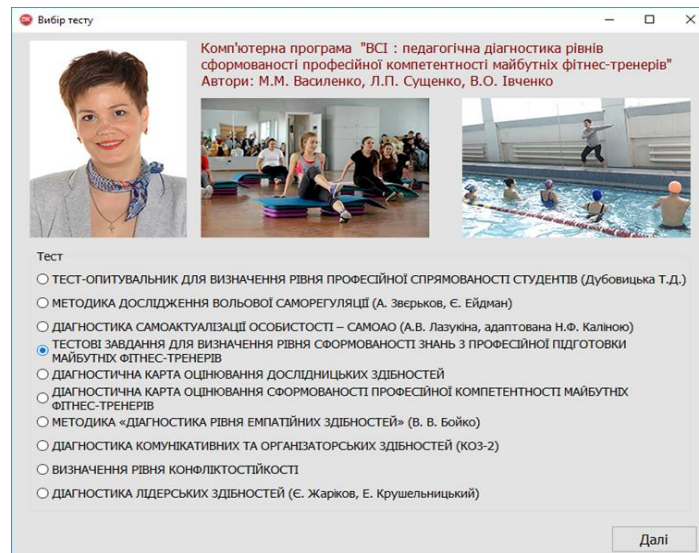


Рис. 2.3. Вікно вибору тесту

Після вибору тесту і натискання клавіші «Далі» програма переходить до наступного кроку – безпосереднього тестування (рис. 2.4).

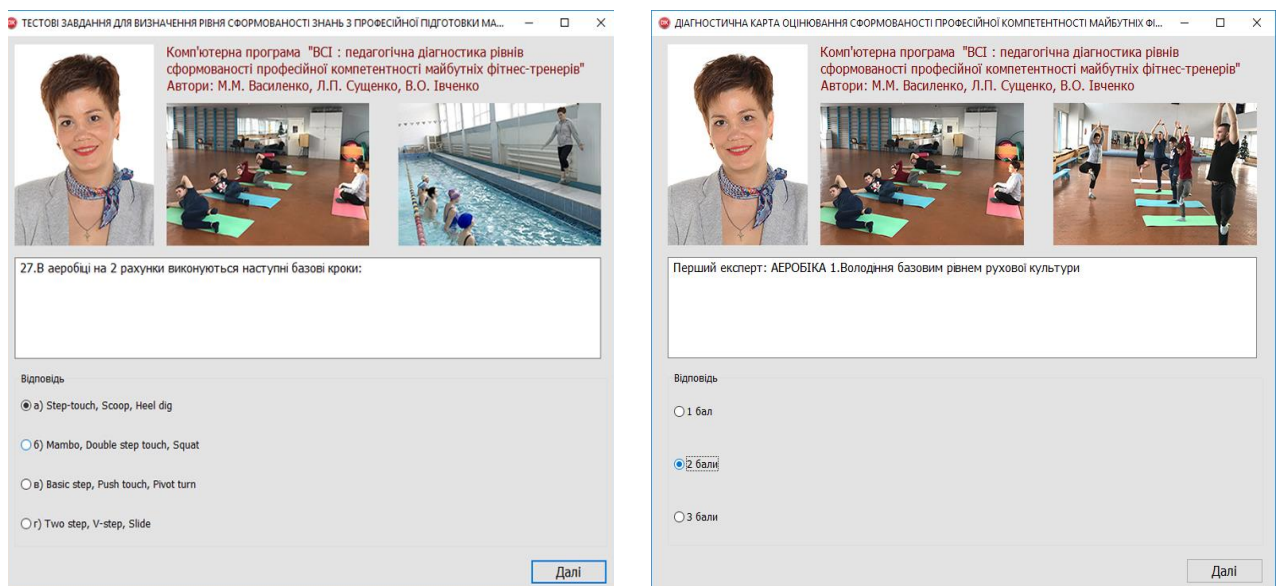


Рис. 2.4. Вікно тестування «Тестові завдання»

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. 2.5 показано фрагмент вікна, де виставляється оцінка експерта за методикою «Діагностична карта оцінювання сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів».

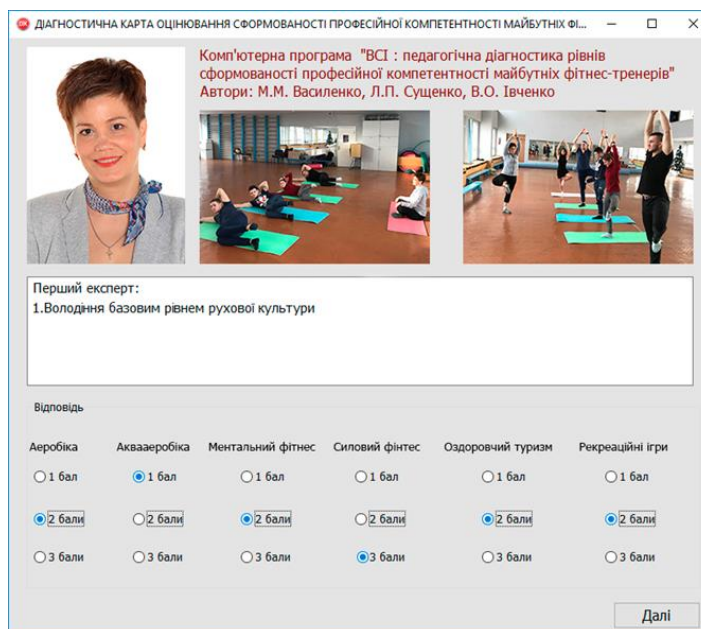


Рис. 2.5. Вікно експертного оцінювання

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. 2.6).

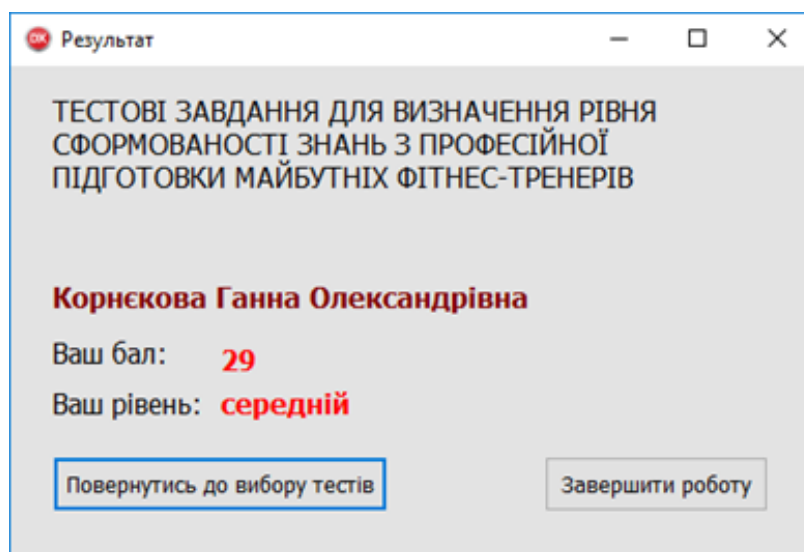


Рис. 2.6. Вікно демонстрації результату проходження тесту

Якщо студент бажає виконати інший тест, йому потрібно натиснути кнопку «Повернутись до вибору тестів» після чого на екрані з'явиться вікно «Вибір тесту» (рис 2.3).

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. 2.7).

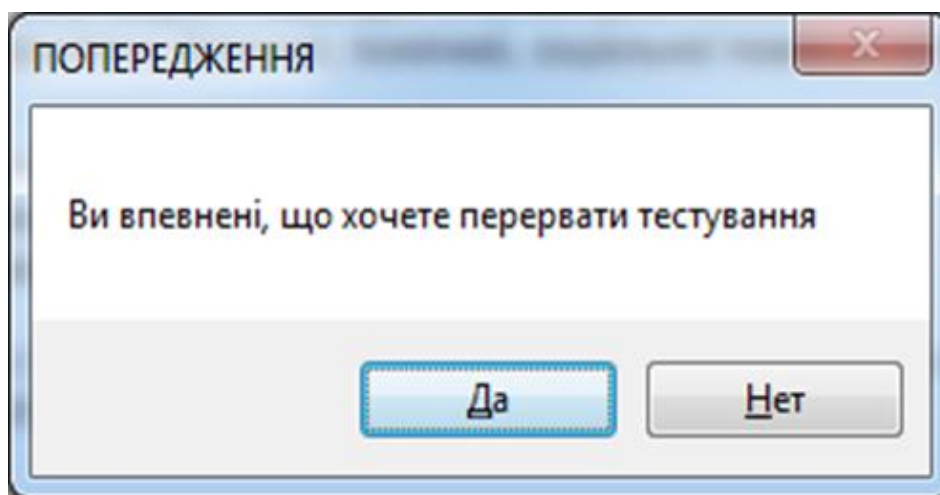


Рис. 2.7. Вікно попередження переривання тестування

Після закінчення роботи з програмою всі відповіді студента по кожному із тестів зберігаються у відповідному .xlsx файлі. У будь-який час викладач може переглянути результати тестування вибраної групи студентів (рис. 2.8).

| 2 | № | ПІБ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | Сукупність | Рівень | | |
|----|----|-------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|------------|----------|----------|----------|
| 18 | 16 | Гулько Микита Валерійович | в | а | а | а | а | б | а | в | в | в | б | б | в | в | г | г | а | б | в | а | а | а | б | в | а | а | а | а | б | 29 | середній | | | |
| 19 | 17 | Данилюк Василь Іванович | а | а | б | а | а | а | а | а | а | а | б | а | в | в | г | а | а | б | в | в | б | в | а | а | г | б | г | в | б | в | 32 | середній | | |
| 20 | 18 | Джюєва Тетяна Тамазівна | 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 | Димед Петро Васильович | а | а | а | а | а | а | в | б | в | в | б | б | в | в | г | б | б | а | б | б | б | б | б | г | а | в | б | б | в | 29 | середній | | | |
| 22 | 20 | Дмитерко Орест Михайлович | в | а | б | а | б | а | в | а | в | а | б | в | б | а | а | г | а | а | в | б | б | а | б | г | в | г | а | б | а | 30 | середній | | | |
| 23 | 21 | Дрозарецька Катерина Сергіївна | в | а | а | а | а | б | а | б | а | а | б | а | а | а | в | б | г | а | а | а | б | б | а | а | б | г | б | г | в | б | б | в | 29 | середній |
| 24 | 22 | Дутчак Анастасія Іванівна | а | в | б | б | а | б | в | б | в | в | б | б | а | а | в | г | а | б | в | б | в | а | а | б | б | в | б | в | б | в | в | 30 | середній | |
| 25 | 23 | Жупник Адріан Іванович | в | а | а | а | а | б | в | б | в | в | б | б | в | в | г | г | а | б | б | а | а | а | б | а | в | б | а | б | в | а | б | 30 | середній | |
| 26 | 24 | Кальницький Іван Андрійович | в | а | б | а | а | б | в | б | в | в | б | в | в | в | г | г | б | б | в | а | а | а | в | б | в | а | в | б | а | б | в | 31 | середній | |
| 27 | 25 | Комков Володимир Миколайович | в | а | б | а | а | б | в | б | в | в | б | б | в | в | г | г | а | а | а | б | б | б | а | б | в | б | а | а | б | в | 29 | середній | | |
| 28 | 26 | Коневич Олександра Сергіївна | в | а | б | а | а | б | а | а | а | а | б | в | б | в | б | 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 | а | а | а | б | в | а | б | б | а | б | г | б | г | в | б | б | в | 29 | середній | | |
| 30 | 28 | Корнеєва Ганна Олександрівна | в | а | б | в | а | в | б | в | а | а | б | а | а | в | в | г | г | а | а | в | б | а | б | а | б | а | б | в | б | в | а | б | 29 | середній |
| 31 | 29 | Коропецький Дмитро Васильович | в | а | а | а | а | б | а | б | в | а | а | а | а | а | б | г | а | а | б | в | б | б | б | б | б | г | б | г | в | б | б | в | 31 | середній |
| 32 | 30 | Кріг Роман Миколайович | а | а | б | г | в | а | в | б | в | б | б | б | в | в | г | г | а | а | а | б | б | а | б | г | б | г | в | б | б | в | 43 | високий | | |
| 33 | 31 | Кубишин Ганна Володимирівна | в | а | б | а | а | б | в | а | в | а | б | б | б | в | в | г | а | а | а | а | б | б | а | б | г | б | г | в | б | б | в | 30 | середній | |

Рис. 2.8. Вікно звітності за результатами тестування

Значний масив експериментальних даних піддавався збору, обробці, кількісному та якісному аналізу із застосуванням методів математичної статистики.

2.1.3. Методи статистики [138, 139, 151, 331, 402]. В ході експериментального дослідження нами застосовувались такі методи математичної статистики, як: вибірковий метод, непараметричні методи порівняння для залежних вибірок, методи порівняння номінальних даних.

Вибірковий метод передбачав дослідження загальних властивостей сукупності певних об’єктів на основі вивчення властивості лише їх частини, включеної до вибірки. До вибірки було віднесена група студентів – майбутніх фітнес-тренерів, науково-педагогічних працівників та роботодавців.

Методи описової статистики передбачали опис результатів за допомогою різних показників та критеріїв.

Нами використовувались такі показники описової статистики, як середньої арифметичної вибірки $\{x_i\}_{i=1 \dots N}$, що розраховується за формулою 2.1:

$$x = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}, \quad (2.1.)$$

Значення середньої арифметичної репрезентувалась в абсолютних і відносних величинах, переважно при описі результатів анкетування.

У комп'ютерній програмі Microsoft Excel для Windows описова статистика розраховується на основі застосування інструменту аналізу даних «Описова статистика» (Сервіс / Аналіз даних / Описова статистика).

Непараметричні методи порівняння для залежних вибірок, зокрема коефіцієнт конкордації, критерій χ^2 Пірсона.

При проведенні методу експертних оцінок, для визначення ступеня узгодженості думок експертів ми використовували коефіцієнт конкордації W . У даному випадку при використанні бального методу для знаходження конкордації отримані бальні значення значимості показників переводилися в ранги.

При обробці результатів за методом експертних оцінок формулювалась нульова гіпотеза про відсутність узгодженості оцінок експертів, та альтернативна – про узгодженість оцінок експертів.

Коефіцієнт конкордації визначався за формулою 2.2:

$$W = \frac{12 \times \sum_{i=1}^n \left[\sum_{j=1}^k A_{ij} - K \left[\frac{(H+1)}{2} \right] \right]^2}{K^2 (H^3 - H)}, \quad (2.2)$$

де, W – коефіцієнт конкордації $\sum_{j=1}^k A_{ij}$ – сума рангів, виставлених експертами;
 K – кількість експертів; H – кількість об'єктів ранжування.

Для перевірки статистичної значимості коефіцієнта конкордації ми використовували критерій Пірсона χ^2 із рівнем значимості 0,05. У випадку отримання розрахункового значення більше табличного, тобто $X^2_{\text{розрах.}} > X^2_{\text{табл.}}$, думки експертів остаточно визнаються узгодженими.

Методи порівняння номінальних даних (критерій однорідності χ^2 Пірсона). Використання цього критерію було обумовлено тим, що експериментальні дані були представлені у порядковій шкалі ($L = 3$: «низький», «середній», «високий»).

Такий критерій ми використовували як для перевірки гіпотези про можливий закон розподілу ймовірностей випадкової величини, так і для порівняння двох вибірок на однорідність. Гіпотеза про однорідність припускає,

що всі вибірки здійснені з однієї генеральної сукупності і їм відповідають однакові функції розподілу.

Число ступенів вільності дорівнювало $L-1$. Тобто $3 - 1 = 2$. Для рівня значущості 0,05 і для даних чисел вільності табличне критичне значення відповідало $p = 5,99$. У випадках, коли в контрольних та експериментальних групах спостерігалась відсутність студентів на певному рівні, число ступенів вільності дорівнювало 1 ($2 - 1 = 1$). Для рівня значущості 0,05 і для даних чисел вільності табличне критичне значення відповідало $p = 7,06$.

Критерій χ^2 Пірсона розраховувався за формулою 2.3:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^c \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}, \quad (2.3)$$

де, i – номер рядка (от 1 до r), j – номер стовпця таблиці (от 1 до c), O_{ij} – фактична кількість спостережень у комірці ij , E_{ij} – очікувана кількість спостережень у комірці ij .

Нульова гіпотеза полягає в тому, що вибірки не відрізняються, тобто будуть однорідними. Альтернативна гіпотеза заперечує нульову: вибірки відрізняються суттєво. Якщо емпіричне значення критерію менше критичного, то немає підстав відкидати нульову гіпотезу, про однорідність вибірок. Якщо емпіричне значення критерію перевищує критичне значення, слід прийняти альтернативну гіпотезу про суттєві відмінності між вибірками.

Статистична обробка одержаних даних проводилася за допомогою пакету «Statistica 6.0» (StatSoft, США) і електронних таблиць «Excel 2010» (Microsoft, США), які дозволили провести аналіз вимірювань і розрахунок базових величин.

2.2. Організація дослідження

Дослідно-експериментальна робота тривала упродовж 2010 – 2018 років й мало три етапи.

Перший етап (2010 – 2011 рр.) був спрямований на:

- визначення актуальності означеної проблеми, виявлення протиріччя, які існують у сучасній практиці професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти;

- визначення мети, завдань, об'єкта, предмета й програми дослідження;

- аналізування світового й вітчизняного досвіду підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти;

- обґрунтування структури професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти;

- з'ясування і поглиблення сутності та змісту загальних і спеціальних дефініцій дослідження;

- визначення та створення діагностичного інструментарію експериментального дослідження, його програми, критеріїв, показників та рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів;

- систематизацію й узагальнення емпіричного матеріалу за напрямом дослідження;

Хід і результати першого етапу експерименту відображено в розділах 1, 2, 3, 4, 5.

На другому етапі (2011 – 2012 рр.) здійснений констатувальний експеримент з метою з'ясувати особливості реалізації професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в Україні, ступеня здатності випускників закладів вищої освіти фізкультурного профілю до виконання професійних обов'язків фітнес-тренера, виявлення перспектив розвитку ринку освітніх послуг у фітнес-індустрії та вимог роботодавців до майбутніх фахівців. З цією метою було здійснено опитування (анкетування) науково-педагогічних працівників, студентів та роботодавців, зокрема із застосуванням методу експертних оцінок.

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.

Крім того, 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.

Для досягнення мети дослідження ми провели опитування 38 менеджерів провідних фітнес-клубів та співробітників навчальних центрів України.

Опрацювання результатів першого та другого етапів дослідження дозволило розробити положення концепції професійної підготовки майбутніх

фітнес-тренерів у закладах вищої освіти; здійснити проектування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та створити науково-методичне забезпечення підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Хід і результати другого етапу експерименту відображено у розділі 3.

Третій етап тривав упродовж 2012 – 2018 років й передбачав здійснення формульовального експерименту. У формульовальному експерименті брали участь студенти Національного університету фізичного виховання і спорту України (набір 2012, 2013 років), Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (набір 2012, 2013 років), Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (набір 2012, 2013 років).

Формульовальний експеримент мав такі етапи: підготовчий, основний й контрольний-аналітичний.

У ході підготовчого етапу формульовального експерименту була сформована контрольна група (КГ), що за період виконання педагогічного експерименту становила 78 студентів, експериментальна 1 (ЕГ1) – 79 студентів та експериментальна 2 (ЕГ2) – 125 студентів.

До контрольної групи належали студенти, які за дипломом мали одержати кваліфікацію «фітнес-тренер», але через консервативність навчально-виховного процесу продовжували навчатися за «старими» навчальними планами, що відрізнялися від експериментальної системи професійної підготовки як за структурою, так і за навчально-методичним забезпеченням.

Експериментальні групи навчалися за навчальним планом, створеним на основі освітньо-кваліфікаційної характеристики бакалавра за напрямом підготовки 6.010203 «Здоров'я людини», галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» (кваліфікація «Фітнес-тренер»), її варіативної частини та відповідних освітньо-професійних програм.

До експериментальної групи 1 (ЕГ1) та контрольної групи (КГ) належали студенти – представники Національного педагогічного університету імені

М. П. Драгоманова та Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича.

Експериментальна група 2 (ЕГ2) складалася зі студентів – представників Національного університету фізичного виховання і спорту України. Такий розподіл студентів у ЕГ2 пояснюємо неможливістю розподілу на контрольну та експериментальну групи одночасно.

На підготовчому етапі формувального експерименту було здійснено:

- оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів контрольної та експериментальних груп на початку експериментального дослідження (II рік навчання);

- порівняльний аналіз між показниками рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів контрольної та експериментальної груп щодо їх однорідності на початку експериментального дослідження.

Під час проведення основного етапу формувального експерименту було введено систему професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів, за якою навчалися студенти експериментальних груп (ЕГ1 та ЕГ2); розроблено та запатентовано комп'ютерну програму «ВСІ: педагогічна діагностика рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів».

На контрольно-аналітичному етапі формувального експерименту було здійснено:

- оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів контрольної та експериментальних груп наприкінці експериментального дослідження;

- порівняльний аналіз рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у контрольній та експериментальній групах наприкінці експериментального дослідження;

- перевірку результативності розробленої системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти на основі зіставлення початкового та прикінцевого рівнів сформованості професійної

компетентності майбутніх фітнес-тренерів контрольної й експериментальних груп;

- інтерпретацію отриманих даних;
- формулювання висновків дисертаційного дослідження;
- графічну презентацію кількісного та якісного аналізу емпіричних даних результатів педагогічного експерименту;
- визначення перспективних напрямів для подальшої науково-дослідної роботи; оформлення тексту рукопису дисертації.

Упродовж педагогічного експерименту здійснювалася апробація результатів дослідження шляхом доповідей на науково-практичних конференціях; впроваджувалися основні положення і результати дослідження в навчально-виховний процес закладів вищої освіти України.

Хід і результати формульованого експерименту відображено у розділі 6.

РОЗДІЛ 3

СВІТОВИЙ ТА ВІТЧИЗНЯНИЙ ДОСВІД ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

3.1. 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, має давні традиції у системі професійної 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 [545, 631]. Відомо, що управління освіти в США є децентралізованим, оскільки здійснюється на рівні штатів та не регламентується Конституцією країни [572].

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) [219, 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. Эрл, 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 [485, 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. 3.1). Таких організацій нараховують більше 400 [511].

Таблиця 3.1

**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 |
| NDEIТА | 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 руховій активності |
| C.H.E.K. Institut | Інститут раціональної кінезіології |
| Pilates Studio | Студія Пілатеса |

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 [536].

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) [574] та Національною радою з фітнес-експертизи (The National Board of Fitness Examiners – NBFE) [573]. За рекомендаціями цих організацій, 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 (CPR) з досвідом застосування автоматизованого зовнішнього дефібрилятора (AED), який можна отримати в Американському товаристві Червоного Хреста й Американській асоціації серця, і де можна пройти відповідну сертифікацію персонального тренера у національно визнаних організаціях [574].

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 [502].

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 [579, 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 [579, с. 19-24.].

Рада з системи громадських коледжів Північної Кароліни (North Carolina Community College System) [597] 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) [519] і Сендхілз коледж (Sandhills Community College) [593].

У таблиці 3.2 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») [519].

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

Таблиця 3.2

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 |

Як видно з таблиці 3.2, 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».

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 [580].

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 [485, 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 [580].

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 [502].

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 [613].

В Університеті Техасу в м. Остін (The University of Texas Austin) здійснюється підготовка бакалаврів наук за спеціальністю «Наука про вправи» («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. 3.3).

Таблиця 3.3

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 |

Продовження табл.3.3

| | | |
|---|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 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)) | | |

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 [619].

Відомо, що Університет Аляски в Анкориджі (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 кожну з представлених дисциплін (табл. 3.4). 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) [609].

Таблиця 3.4

**Фрагмент навчального плану Університету Аляски в Анкориджі
(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 |

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 3.5 подано фрагмент навчального плану підготовки бакалаврів наук (Bachelor of Science) зі спеціальності «Здоров'я та фітнес» (The Health and Fitness) в Університеті Мічигану [615].

Таблиця 3.5

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 [511]. 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» (APK 6406 «Psychology of Exercise»); «Кардіореспіраторні аспекти фізіології рухової активності» (APK 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) [617].

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. Дохіян, 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 фахівцях різного рівня кваліфікації [167, 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 [520].

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) [544].

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 швидко-силових здібностей» («Speed and Power Specialist»); «Фахівець з програмування занять» («Exercise Prescription Specialist») [544].

Канада. 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.

У таблиці 3.6 представлено фрагмент навчального плану Національного Інституту персонального тренінгу (National Personal Training Institute) для підготовки молодшого спеціаліста за спеціальністю «Персональний тренінг» («Personal Training») [575].

Навчальна програма передбачає оволодіння теоретичними знаннями обсягом 300 аудиторних годин і набуття практичних навичок обсягом 200 годин.

Таблиця 3.6

**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 |

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).

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 [610]. Подібні тенденції щодо навчальних програм існують і в університеті Гранта МакЕвана (Grant MacEvan University) [552], університеті Манітоби у Вінніпезі (The University of Manitoba) [614], університеті Ніпіссінг (Nipissing University) [577] та інші.

Таким чином, аналіз особливостей професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у США та Канаді дозволив з'ясувати, що система бакалаврату та магістратури є надзвичайно варіативними.

3.2. 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 [589].

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 [588].

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 [590].

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. [516, 521].

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 [491], Central YMCA Qualifications (CYQ) [517], City And Guilds [518].

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) [586].

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») [514].

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 [611].

У таблиці 3.7 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 3.7

**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 |
| 2 рік | 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 |
| | XS2200 | Фізіологія рухової активності (Physiology of Human Performance) | 20 |
| | XS2600 | Оздоровче харчування (Nutrition for Life) | 20 |
| | PS2710 | Методи дослідження (Research Methods) | 20 |
| 3 рік | 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)) | 20 |
| | 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») [611].

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) [561], Англійському університеті Раскіну (Anglia Ruskin University) [501] 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) [612].

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.

Аналіз навчальних планів вищеназваних 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») [596].

Таким чином, встановлено, що єдиним закладом вищої освіти, який здійснює навчання на рівні бакалаврату за спеціалізацією «Персональний фітнес-тренінг» у Великій Британії, є Університет Центрального Ланкаширу в Престоні (University of Central Lancashire).

3.3. Досвід професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у країнах Європейського Союзу

За останні 15 років європейський спортивний сектор економіки, зокрема, фітнес-індустрія, стабільно розвивається [584]. Створюються громадські та приватні організації, вводяться нові назви професій та нові напрями підготовки фахівців.

Як вказує М. В. Дугчак, у Міжнародній стандартній класифікації занять (International Standard Classification of Occupations – ISCO-08) [559] 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) [173, с. 25-41].

У статутних документах Асоціації «Європейська мережа спортивної науки, освіти й праці» (AEHESIS) визначено чотири основних напрями підготовки фахівців: «фізичне виховання», «здоров'я і фітнес», «спортивний менеджмент» та «спортивне тренування». У проекті беруть участь 70 організацій

з 28 країн, а координаційні функції виконує Німецький університет спорту з Кельну [604].

З напрямку підготовки «Здоров'я та фітнес» (Health & Fitness) обґрунтовано 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») [584].

Відповідно до запропонованих варіантів у Європейському реєстрі фахівців з тренування (The European Register of Exercise Professionals), який є загальноєвропейським проектом 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 аквафітнесу»; «Інструктор з фітнесу»; «Інструктор групових занять фітнесом»; «Персональний тренер»; «Тренер з пілатесу» та «Тренер з йоги» [490].

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 [558]. В Австралії прийнята Австралійська рамка кваліфікацій – Australian Qualifications Framework – AQF), яка налічує 10 рівнів [509]. У Шотландії існує 12 рівнева Шотландська рамка кредитів і кваліфікацій (Scottish Credit and Qualifications Framework – SCQ) [594]. У Європі діє Європейська рамка кваліфікацій (European Qualifications Framework – EQF), яка має 8 рівнів [541]. 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) [588].

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 проектів. 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 [538]. 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, 582].

Проект, 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 проекту 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) [534].

Як вказує J. Patrickson, значення проекту полягає в тому, що кожний фахівець, який успішно закінчив навчання, буде внесений у Національний Реєстр фітнес-професіоналів дистанційного навчання (The National Registers of fitness professionals ELF). Реєстр є дійсним у всіх країнах – партнерах проекту. 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) [583].

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 [540].

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 у цій країні 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 [530].

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. [455].

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. 3.8).

Таблиця 3.8

Розподіл фітнес-тренерів у Федеративній Республіці Німеччині за рівнями Європейської рамки кваліфікацій (EQSF)

| Назва спеціалізацій | Вимоги |
|--|---|
| II рівень – Trainer C-Lizenz | |
| Помічник тренера (Trainerassistentenentspricht) | 60 академічних годин |
| Fitnesstrainer B-Lizenz | |
| Фітнес-тренер (Fitnesstrainer) | 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 – Fitnesstrainer A-Lizenz | |
| Тренер з превентивної терапії (Trainer für Prävention Therapie) | Fitnesstrainer B-Lizenz + 90 академічних годин та більше / або |
| Тренер з кардіотренування (Kardiotrainer) | |
| Тренер з корекції остеопорозу (Osteoporosetrainer) | Fitnesstrainer B-Lizenz + 4 кваліфікації / або 160 годин практичного досвіду / або робота за спеціальністю протягом 6 місяців |
| Тренер з харчування (Ernährungstrainer) | |
| Тренер з силового фітнесу (Trainer für Kraft und Muskulatur) | |

Продовження табл.3.8

| | |
|--|---|
| Майстер персональний тренер (Master Personal Trainer) | |
| IV рівень – Trainer | |
| Учитель з фітнесу (Fitnesspädagoge) | Fitnesstrainer A-Lizenz + 60 академічних годин теоретичних дисциплін та 160 – стажування / або Fitnesstrainer A-Lizenz + 4 кваліфікації/ або Fitnesstrainer 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 + Fitnesstrainer A-Lizenz + 300 годин та більше практичного досвіду |
| Дослідник в галузі спортивних наук (Sportwissenschaftler mit Studienschwerpunkt) | |

Як видно з таблиці 3.8, до II рівня освіти відноситься ліцензія тренера категорії «С» (Trainer C-Lizenz) та ліцензія фітнес-тренера категорії «В» (Fitnesstrainer 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 [602].

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» («Fitnesstrainer B-Lizenz») і «Тренер групових програм» («Group Trainer B-Lizenz»).

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 [504, 512, 531, 533, 553, 560].

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

Третій 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 відповідає рівню 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 [602].

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 [560].

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. [560].

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 [606].

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 [532].

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. 3.9).

Таблиця 3.9

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

| Назва дисциплін / Обсяг ECTS | |
|---|--|
| 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 | |

Продовження табл.3.9

| | |
|---|--|
| 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 | |

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 [607].

Отже, 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 [456, 563].

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 «D» 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 [565].

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 [542].

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) [591] 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 pamatsoli»); «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

Наступним етапом освіти фітнес-тренера у Ризькому університеті імені Страдіня є отримання ступеня бакалавра зі здоров'я та спорту (*Veselības zinātņu bakalaurs veselības sportā*) 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 (табл. 3.10) [591].

Таблиця 3.10

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

| Дисципліна | ESTS |
|--|------|
| Фізіотерапія (поглиблений курс) (<i>Fizioterapijas pamati 2</i>)* | 6 |
| Діагностика в оздоровчому фітнесі (<i>Veselības un fiziskās sagatavotības novērtēšana</i>)* | 3 |
| Фізична активність та здоров'я дітей і молоді (<i>Bērnu un jauniešu fiziskās aktivitātes un veselība</i>)* | 3 |
| Танцювальна рухова терапія (<i>Deju un kustību terapija</i>)* | 3 |
| Скандинавська ходьба (<i>Nūjošana</i>)* | 3 |
| Аквааеробіка (<i>Dažādi aerobikas ūdenī nodarbību veidi</i>)* | 3 |
| Велосипедний клас (<i>Velo nodarbības telpās</i>)* | 3 |
| Бальнеологія (<i>Balneoloģija</i>) | 3 |
| Реклама і зв'язки з громадськістю (<i>Reklāma un sabiedriskās attiecības</i>)* | 3 |
| Теорії особистості (<i>Personības teorijas</i>) | 3 |
| Активні дидактичні методи (<i>Aktīvās didaktikas metodes</i>) | 3 |
| Плавання (<i>Peldēšana</i>) | 3 |
| Катання на лижах (<i>Slēpošana</i>) | 3 |
| Катання на ковзанах, на роликкових ковзанах (<i>Slidošana, skrituļslidošana</i>) | 3 |
| Інформаційна грамотність (<i>Informācijpratība</i>)* | 3 |
| Спортивні травми, причини й профілактика (<i>Sporta traumas, cēloņi un profilakse</i>)* | 3 |
| Методологічні основи науково-дослідної роботи (<i>Zinātniskā darba metodoloģiskie pamati</i>)* | 3 |
| Біометрія (<i>Biometrija</i>)* | 3 |
| Основи реабілітації (<i>Vispārējā rehabilitācija</i>)* | 3 |
| Громадське здоров'я й епідеміологія (<i>Sabiedrības veselība un epidemioloģija</i>)* | 3 |
| Принципи управління спортивним клубом (<i>Sporta kluba vadības pamati</i>)* | 3 |
| Психологія спілкування (<i>Saskarsmes psiholoģija</i>)* | 3 |
| Бакалаврська дисертація (<i>Bakalaura darbs</i>)* | 15 |

Продовження табл.3.10

| | |
|---|-----|
| 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 [565].

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 и присвоюють відповідні кваліфікації. При цьому сертифікат про підтвердження кваліфікації не вимагається [567].

Провідним закладом Литовської Республіки, в якому можна отримати освіту для роботи фітнес-тренером є Литовська академія фізичної культури (Lietuvos sporto universitetas – LAPE). 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 [566].

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 sveikata stiprinančio fizinio aktyvumo pratybos») – 5 кредитів; «Фітнес-програми на відкритому просторі» («Grupinės sveikata 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 «Форо Італіко» (Università degli Studi di Roma «Foro Italico») та Університеті Мадейри (The University of Madeira).

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 [554].

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 [537].

Аналіз системи вищої фізкультурної освіти в Естонії свідчить про обмежену кількість закладів спортивного профілю, які пропонують навчання за спеціальністю тренера з фітнесу [600]. 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» («Lihastasakaal 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) [601].

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. 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. 3.11). 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 [620].

Таблиця 3.11

**Заклади вищої освіти Польщі, в 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 Pigońa w Krośnie |
| Академія фізичної культури в Познані | Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu |

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») [498]. Термін навчання складає 2 роки (120 кредитів) та передбачає оволодіння дисциплінами базового обов'язкового модулю, модулю на вибір та спеціалізованого модулю (рис. 3.12).

Таблиця 3.12

**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 | Лекції | 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 |

Продовження табл.3.12

| | | | |
|--|----|----|---|
| 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 |

Необхідно зазначити, що до базового обов'язкового блоку зарахована значна кількість дисциплін з туризму та анімації.

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 [495].

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 [495].

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 [500].

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 autogeny 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 [500].

Особливої уваги, на нашу думку, заслуговує діяльність Державної вищої професійної школи імені Станіслава Пігона в Кросно (Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Stanisława Pigońa 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 3.13 подано перелік дисциплін, які вивчаються за модулем спеціалізації «Персональний тренер» («Trener osobisty») [581].

Таблиця 3.13

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 |

Продовження табл.3.13

| | |
|---|----|
| 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 |

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») [499].

Аналіз навчальних програм Академії фізичного виховання імені Броніслава Чеха [496], Академії фізичного виховання імені Юзефа Пілсудського [497], Вищої школи суспільно-природничих наук імені Вінцентеґо Поля в Любліні [627] 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 [608]. 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 [26].

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. [570].

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») [624].

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.

3.4. 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% [556].

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 [509].

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 3.14 подано перелік організацій, у яких здійснюється підготовка фітнес-тренерів в Австралії.

Таблиця 3.14

**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 |

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]. 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») [557].

Сазерленд коледж (Sutherland College) належить до системи державних навчальних закладів (Sydney TAFE). До переліку компетентностей, якими повинні оволодіти випускники, входять такі: SFFIT421A: 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; SBSMB401A: організація малого бізнесу у фітнесі; SISSTC402A: розробка програм силового та кондиційного тренування; SISFFIT312A: планування та проведення занять з аеробного тренування; CHCIC301E: робота з дитячим контингентом; SFFIT421A: планування заходів для роботи з персоналом [599].

В Австралійському інституті фітнесу (The Australian Institute of Fitness) [508], Австралійській фітнес-академії (Australian Fitness Academy) [507], Технологічному інституті Канберри (The Canberra Institute of Technology) [515] 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 проектів), 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 проект» («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 проект 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 маси 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 «Консультація з корекції маси тіла» («Weight Loss Consultant») [506]. 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) [505]. 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. 3.15).

Таблиця 3.15

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 | |
|----------------------|---|
| 1 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) |
| 2 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: ІТ - 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) |

Продовження табл.3.15

| | |
|----------------|--|
| | 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) |
| 3 рік навчання | GHS3803: Програма досліджень та епідеміології (Research Design and Epidemiology) |
| | HSC3203: Патофізіологія 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-тренінгу (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») [505].

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») [616].

В Університеті Ла Тробі (La Trobe University) [562] та в Дікін університеті (The Deakin of University) [528] здійснюється підготовка бакалаврів з фізичного виховання та охорони здоров'я (Bachelor of Physical and Health Education). В Університеті Сіднею (The University of Sydney) [618] 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 [572].

Отже, з'ясовано, що практика професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах Австралії має спільні риси з освітньою системою Великої Британії, але помітні й відмінності.

3.5. 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. \$ [543].

На рис. 3.1 представлено місце України у світових рейтингах за кількістю фітнес-клубів.

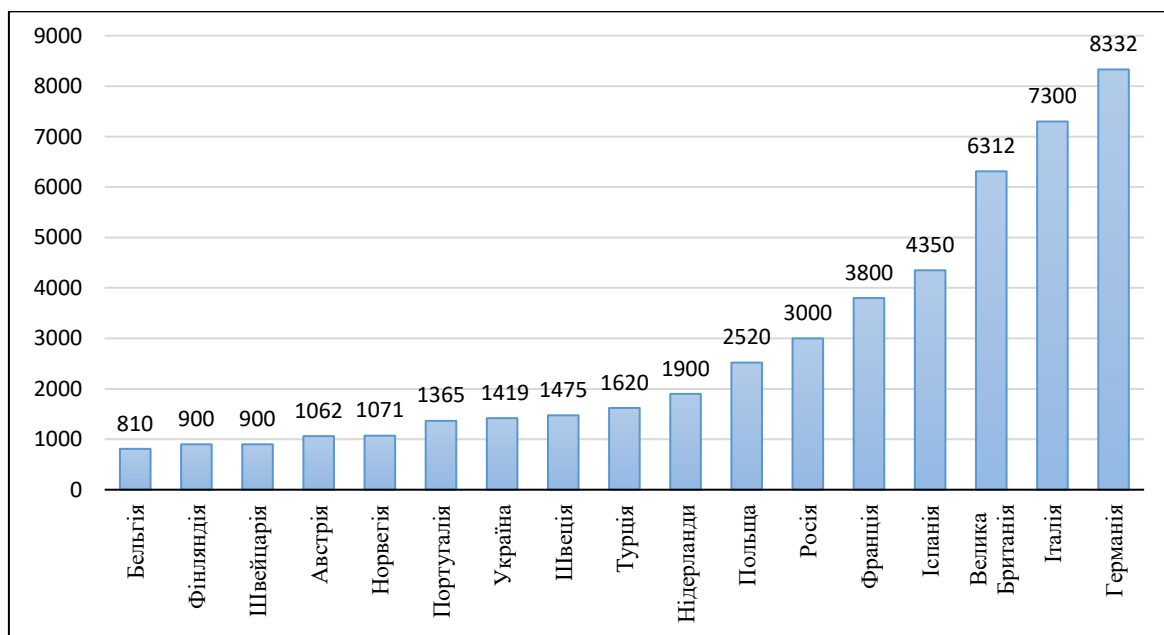


Рис. 3.1. Місце України у світових рейтингах за кількістю фітнес-клубів

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

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. 3.16).

Таблиця 3.16

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 |

Разом з тим, в деяких закладах вищої освіти склалася практика підготовки фахівців для сфери оздоровчого фітнесу на освітніх рівнях бакалавр або магістр

в межах освітніх програм підготовки тренерів з видів спорту, фізичних реабілітологів (ерготерапевтів), учителів фізичної культури.

В таких 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.

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 професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів нами було опитано студентів 4-х 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. 3.2).

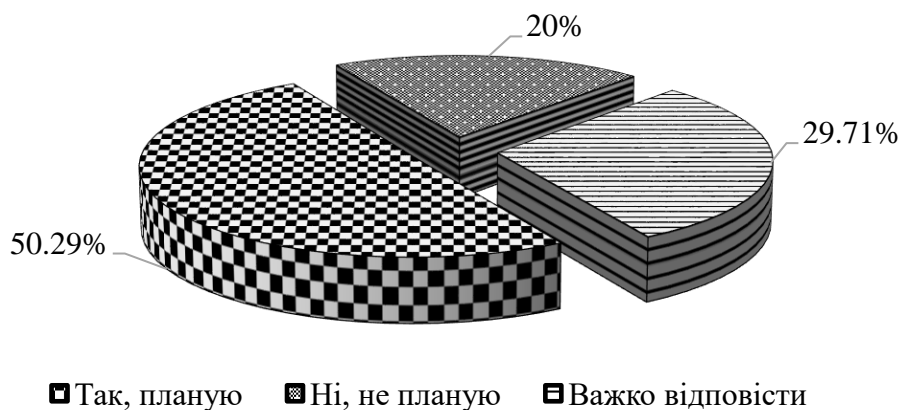


Рис. 3.2. Розподіл відповідей студентів щодо планів працювати у сфері фітнесу, %

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 (рис. 3.3).

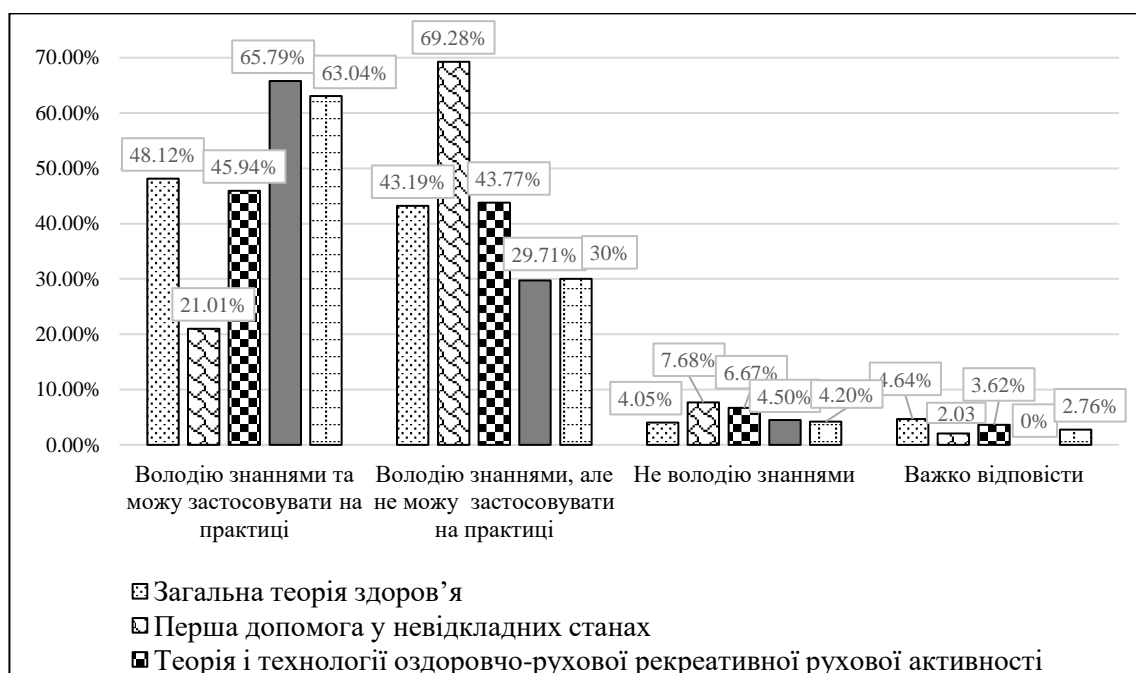


Рис. 3.3. Розподіл відповідей студентів щодо застосування знань з дисциплін загально-професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти («Загальна теорія здоров'я», «Теорія і технології оздоровчо-рекреативної рухової активності», «Психологія та педагогіка», «Перша допомога при невідкладних станах», «Теорія та методика фізичного виховання»), %

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 застосовувати їх на практиці. 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.

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. 3.4).

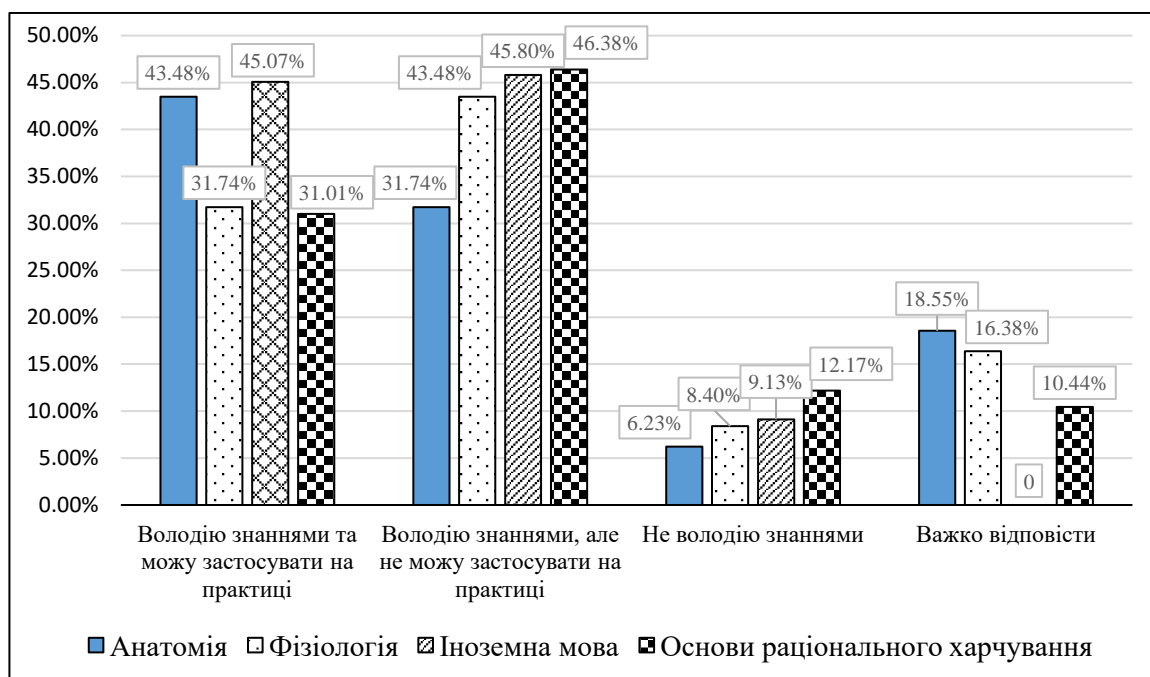


Рис. 3.4. Розподіл відповідей студентів щодо застосування знань з дисциплін загально-професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти («Анатомія», «Фізіологія», «Іноземна мова», «Основи раціонального харчування»), %

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).

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

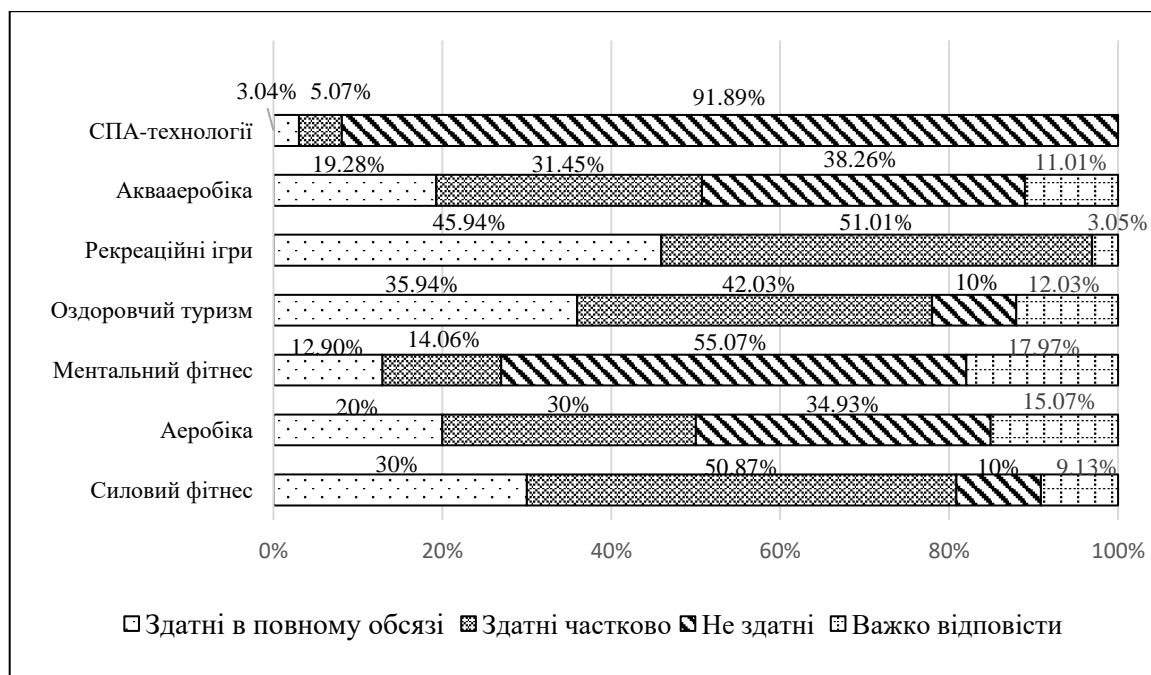


Рис. 3.5. Розподіл відповідей студентів щодо їх здатності продемонструвати техніку виконання фізичних вправ за видами фітнесу та фізичної рекреації, %

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. 3.6). 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.

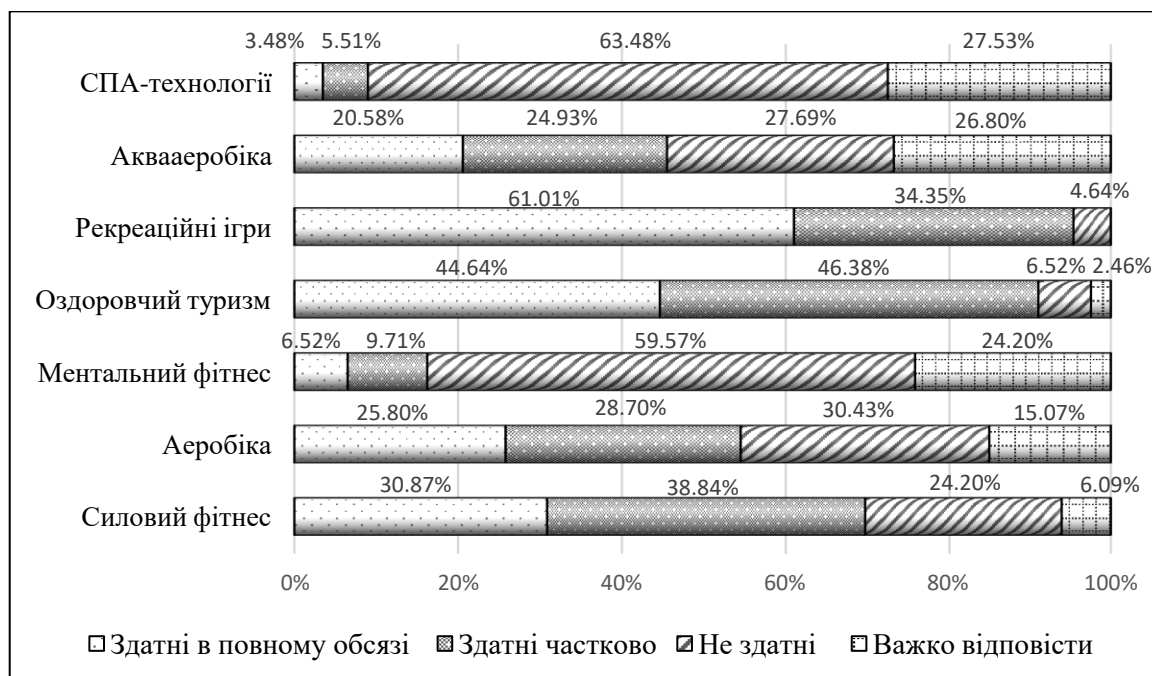


Рис. 3.6. Розподіл відповідей студентів щодо їх здатності розробляти програми занять з видів фітнесу та фізичної рекреації, %

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 повному 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 (рис. 3.7).

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.

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).

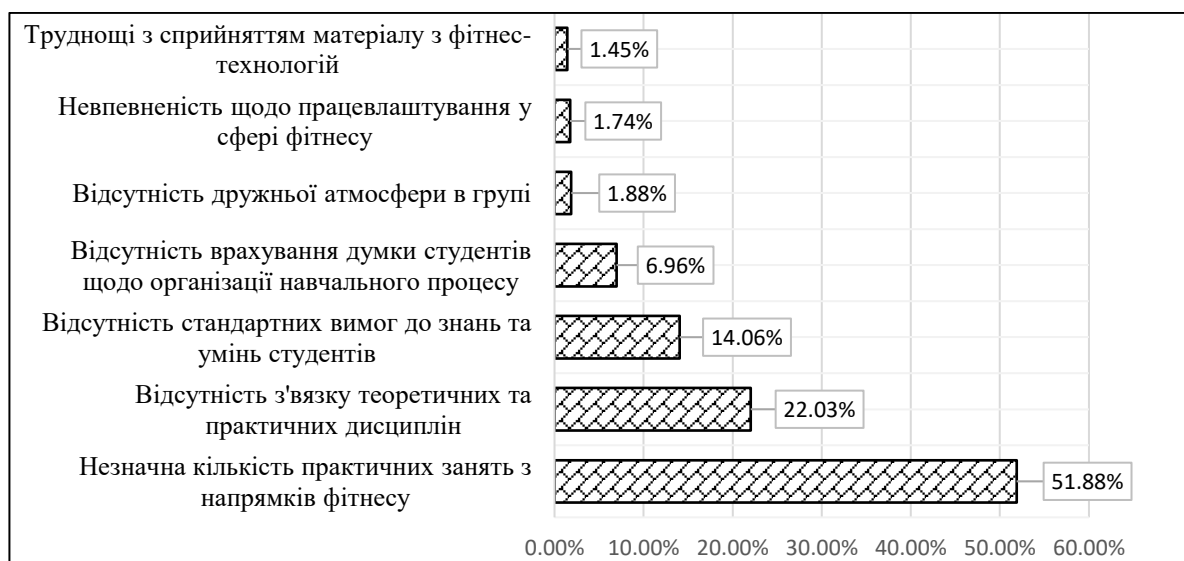


Рис. 3.7. Розподіл відповідей студентів щодо чинників, які заважають формуванню професійної компетентності фітнес-тренера, %

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 компетентності 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. 3.8).

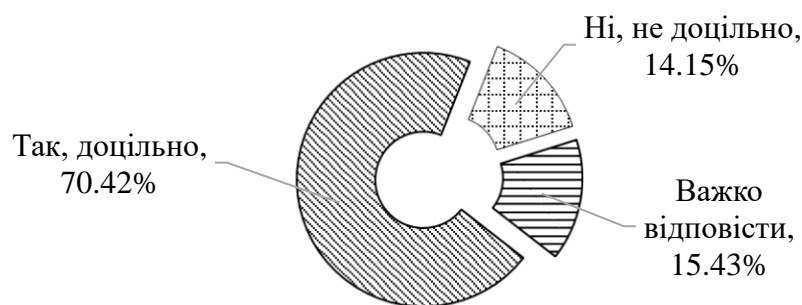


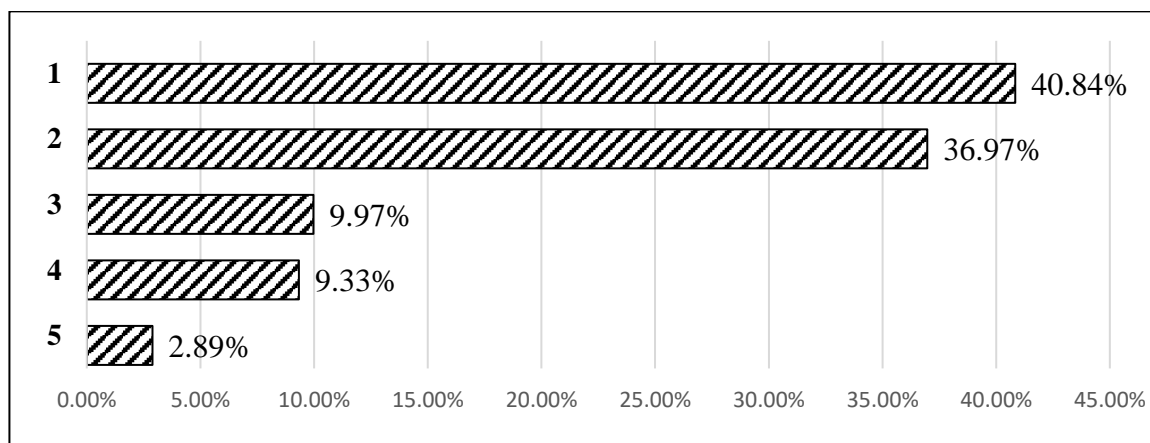
Рис. 3.8. Розподіл відповідей науково-педагогічних працівників щодо доцільності здійснення підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з метою отримання кваліфікації «фітнес-тренер», %

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 намагались 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. 3.9).

Як видно на рис. 3.9, 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. 3.9. Розподіл відповідей науково-педагогічних працівників щодо найбільш прийнятної базової вищої фізкультурної освіти для майбутніх фітнес-тренерів, %

Наступне питання анкети мало за мету з'ясувати думку викладачів про те, чи повинна відрізнятися 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. 3.10).

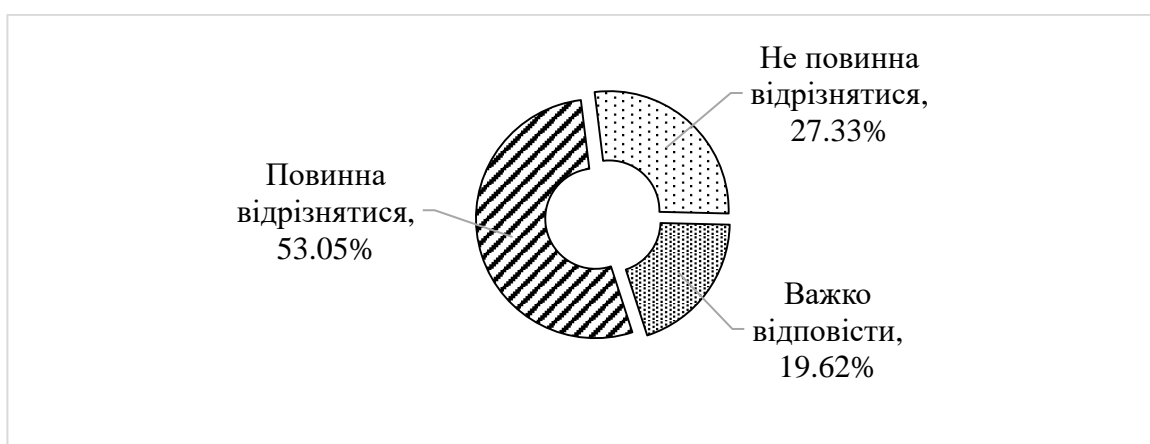


Рис. 3.10. Розподіл відповідей викладачів щодо того, чи повинна відрізнятися система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладі вищої освіти від професійної підготовки майбутніх тренерів з виду спорту, %

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. 3.11).

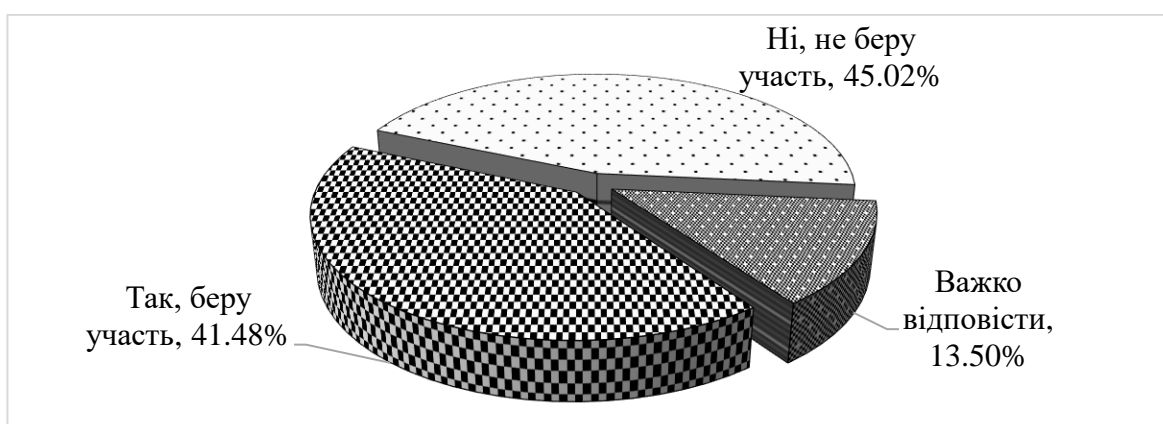


Рис. 3.11. Розподіл відповідей науково-педагогічних працівників щодо їх участі у форумах, фітнес-конвенціях і семінарах для підвищення власної професійної кваліфікації, %

Наступне питання було зорієнтоване на з'ясування того, чи викладаються у закладах вищої освіти певні дисципліни циклу професійної та практичної підготовки майбутніх фітнес-тренерів (рис. 3.12).

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 закладах вищої освіти, де вони працюють, 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 %).

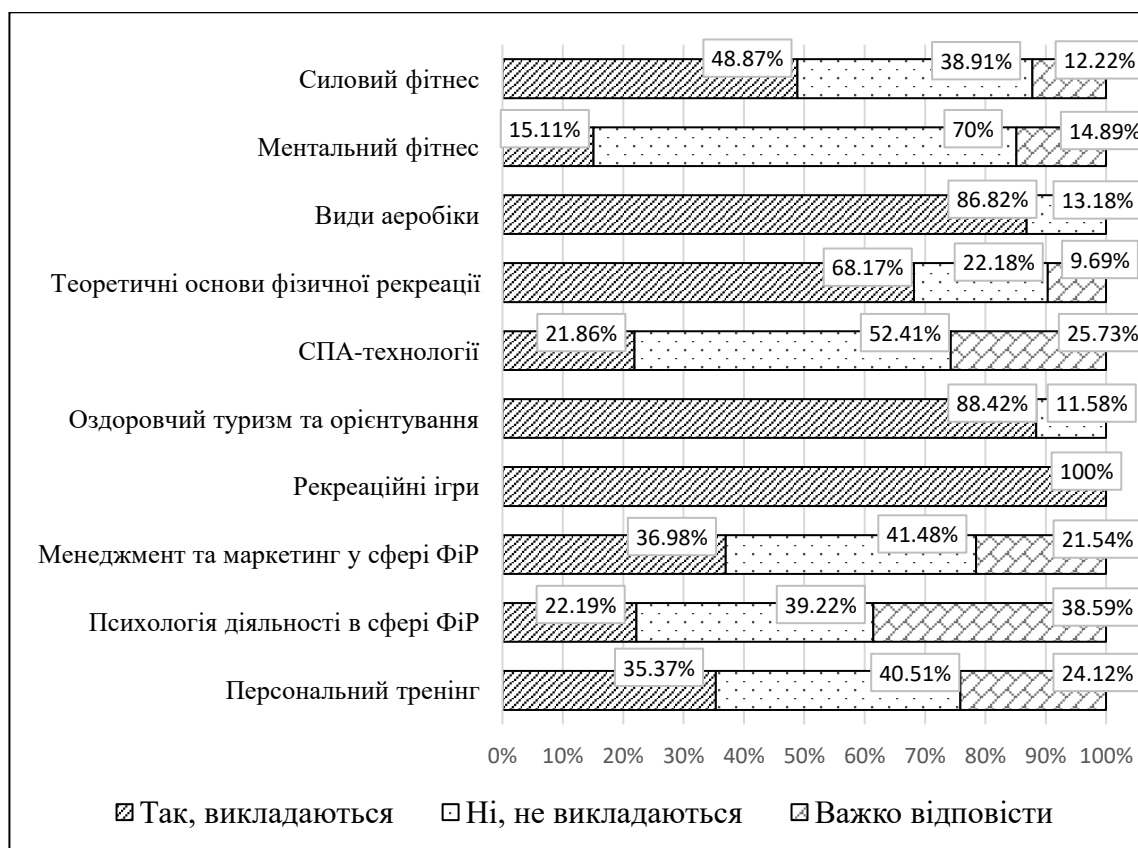


Рис. 3.12. Розподіл відповідей викладачів щодо викладання дисциплін циклу професійної та практичної підготовки майбутнього фітнес-тренера, %

Деякі запитання 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. 3.13).

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.

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.

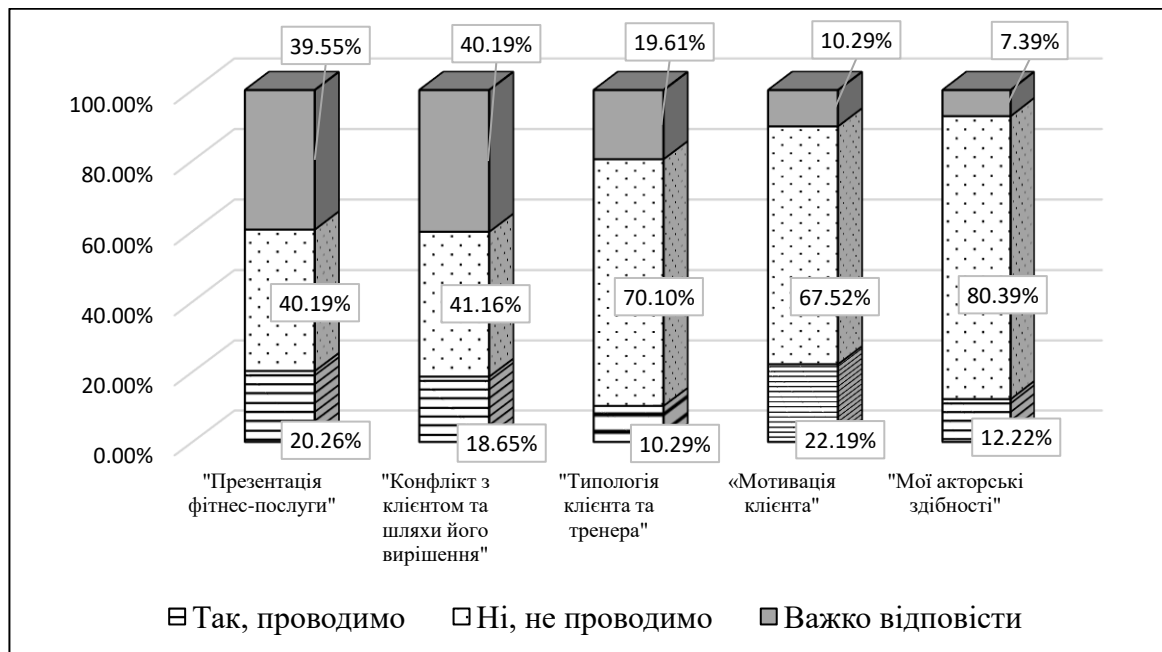


Рис. 3.13. Розподіл відповідей викладачів щодо проведення тренінгів, %

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. 3.14).

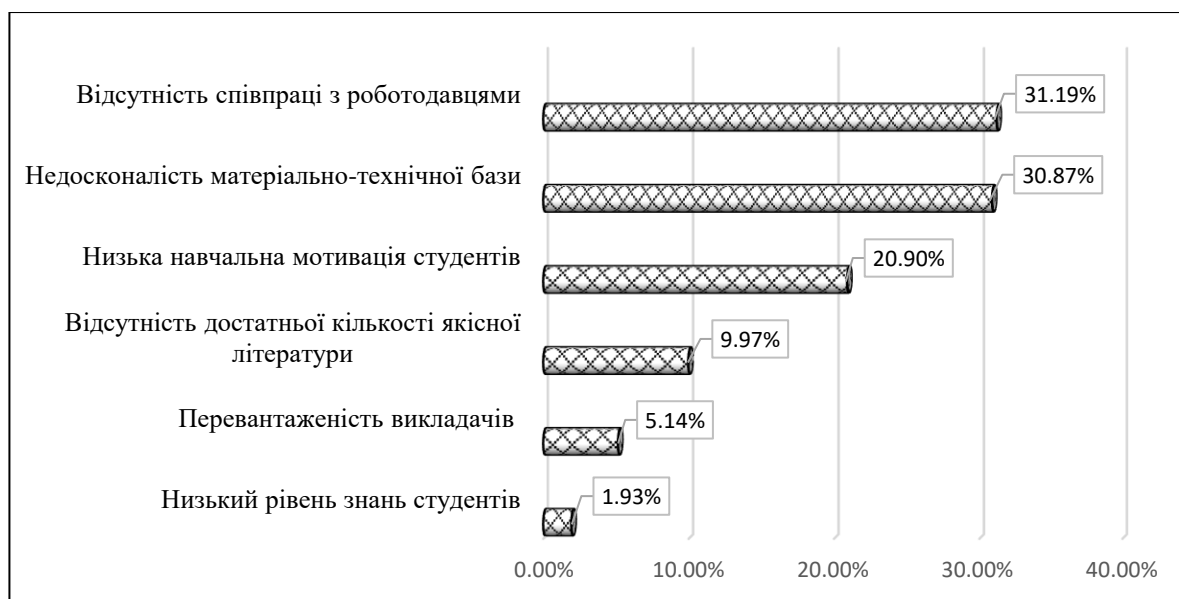


Рис. 3.14. Розподіл відповідей викладачів стосовно того, який чинник найбільше заважає здійснювати навчальний процес для майбутніх фітнес-тренерів на високому методичному та організаційному рівні, %

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. 3.15).

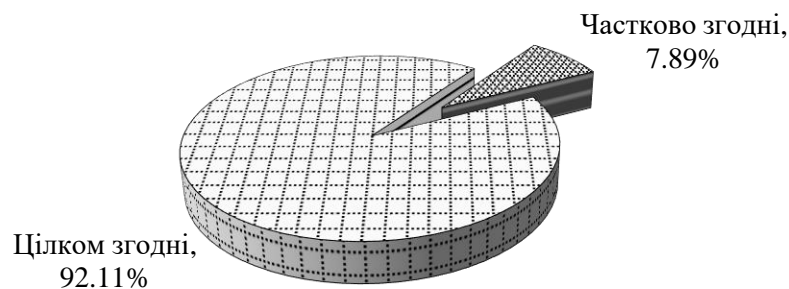


Рис. 3.15. Розподіл відповідей роботодавців стосовно того, чи згодні вони з твердженням, що однією з проблем підготовки фітнес-тренерів є відсутність стандартних вимог до рівня їх компетентності, %.

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. 3.16).

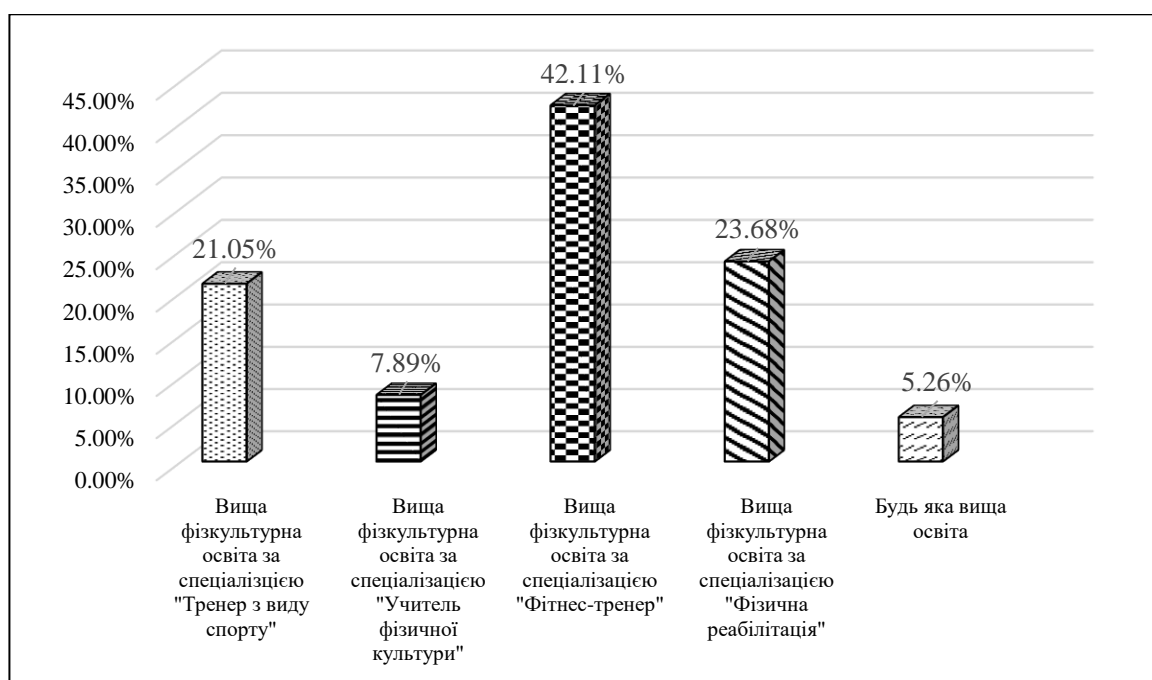


Рис. 3.16. Розподіл відповідей роботодавців щодо освіти, яку повинні здобути фахівці, що планують працювати на посаді фітнес-тренера, %

Слід зазначити, 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 стільки 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. 3.17).

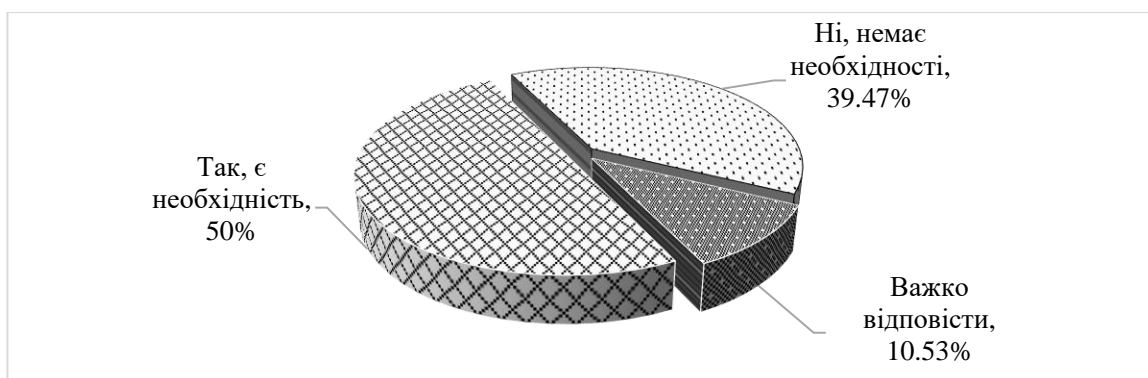


Рис. 3.17. Розподіл відповідей роботодавців щодо необхідності співпраці роботодавців у сфері фітнесу та закладів вищої освіти, які здійснюють підготовку майбутніх фітнес-тренерів, %

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. 3.18).

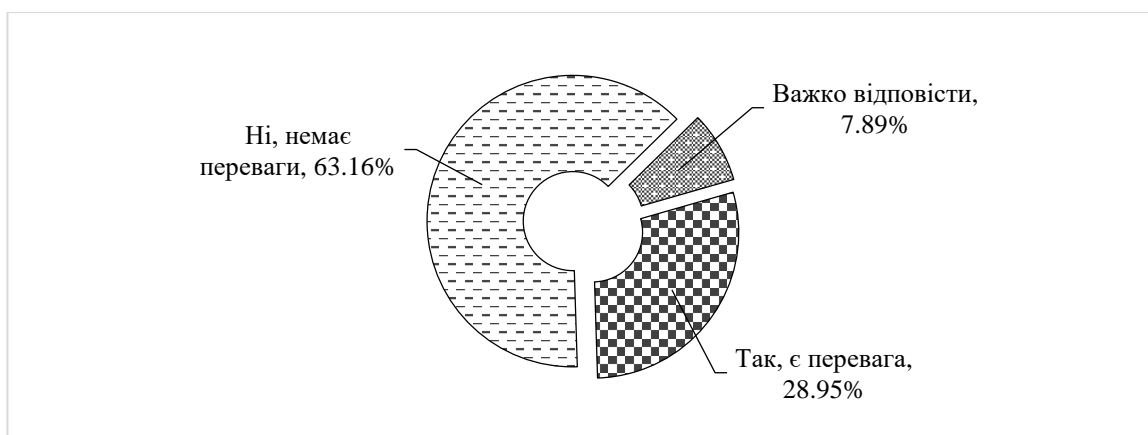


Рис. 3.18. Розподіл відповідей роботодавців стосовно того, чи є перевагою при прийомі на роботу наявність у майбутнього фітнес-тренера спортивного звання, %

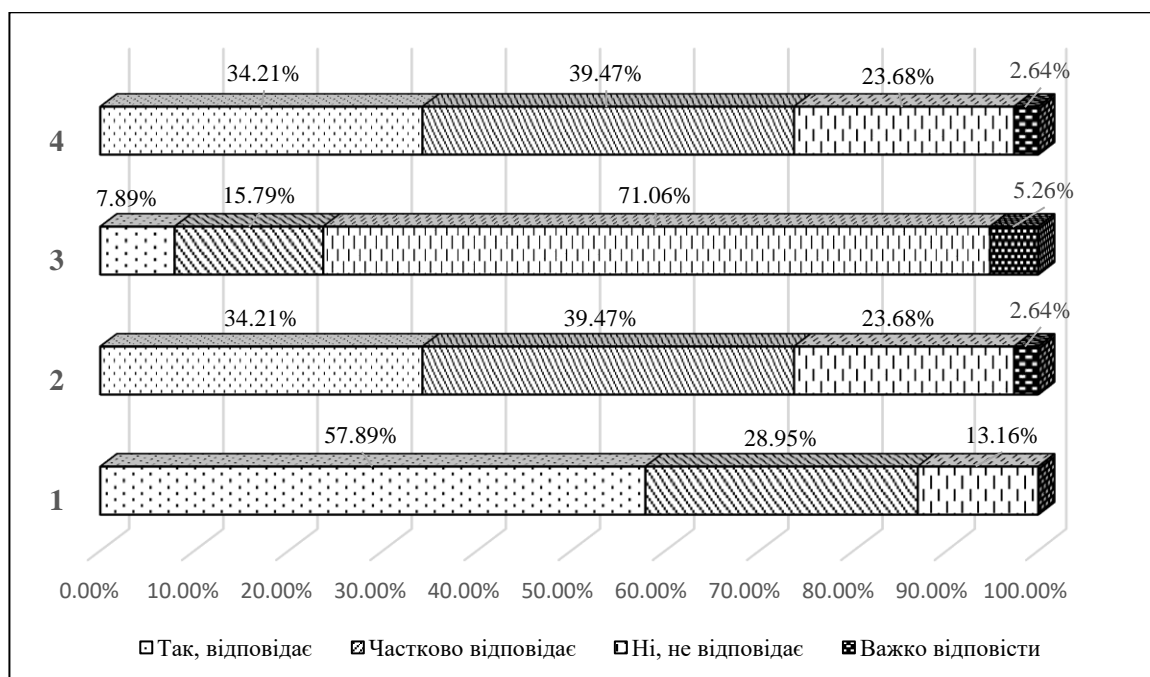
Наступне запитання було спрямоване на з'ясування думки роботодавців щодо відповідності їх вимогам рівня теоретичної та практичної підготовленості майбутніх фітнес-тренерів, що проходять стажування у фітнес-клубі (рис. 3.19).

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

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. 3.19. 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 проведене експертне

опитування 12 експертів – менеджерів великих фітнес-клубів. Усім фахівцям було запропоновано оцінити за п'ятибальною шкалою 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 такий комплекс характеристик успішного фітнес-тренера.

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

На наше переконання, визначені характеристики успішного фітнес-тренера мають бути орієнтиром для обґрунтування складових професійної

компетентності майбутнього фітнес-тренера та розробки системи 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 третього розділу

Теоретичний аналіз світового 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 загальносвітових тенденцій можна віднести такі: 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; освіта майбутніх фітнес-тренерів має гнучкий та багатоступеневий характер; значну частину в системі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів 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; 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 (як і у Канаді) переважна більшість установ, що здійснюють підготовку майбутніх фахівців для сфери фітнесу, є недержавними комерційними та некомерційними організаціями, які забезпечують освіту громадян на рівні молодшого спеціаліста. 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 Анкориджі (The University of Alaska Anchorage), Університет Мічигану (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). При цьому, у США відсутні єдині стандарти щодо переліку професійних компетенцій фітнес-тренера; працювати в якості персонального фітнес-тренера (personal training) може особа, яка пройшла відповідну сертифікацію компетентності. У Великій Британії професію «фітнес-тренер» можна отримати на різних рівнях освіти: від другого до п'ятого. 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). 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». У країнах Європейського Союзу 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). У Федеративній Республіці Німеччині підготовка

фітнес-тренерів у Федеративній Республіці Німеччині широко розповсюджена в системі професійної освіти (не вищої академічної). На академічному рівні підготовку фітнес-тренерів забезпечують в системі підвищення кваліфікації. 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 Зальцбургський університет (Universität Salzburg). Згідно з законодавством Латвійської Республіки, фахівці фітнес-центрів поділяються на категорії – «А», «В», «С» і «Д». До провідних закладів вищої освіти, які здійснюють підготовку тренерів на рівні вищої освіти (категорії «А» та «В»), можна віднести Ризький університет імені Страдіня (Rīgas Stradiņa universitāte), де можна отримати ступінь бакалавра зі здоров'я та спорту (спеціалізація «Оздоровчий фітнес») та Латвійську академію спортивної педагогіки (Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija). В Естонській республіці підготовка фітнес-тренерів здійснюється у Тартуському університеті в межах підготовки бакалаврів з фізичного виховання та спорту (Kehaline kasvatus ja sport), де пропонується курс навчання за модулем «Активний відпочинок та персональний тренінг» (moodul «Liikumisharrastus ja personaaltreening»).

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». У Чеській республіці професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів запроваджена 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). 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).

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 %). 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. Також з'ясовано, що 91,89 % опитаних студентів вважають себе не здатними продемонструвати технічні уміння та 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; 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 навчатися; уміння спілкуватися іноземною мовою; уміння продавати фітнес-послуги, уміння керувати мотивацією споживача фітнес-послуг; уміння здійснювати контроль за фізичним станом споживача фітнес-послуг; педагогічна майстерність; харизма і приємна зовнішність; артистизм; креативність; уміння безконфліктного спілкування; комунікативність; упевненість у собі; уміння надавати консультації з раціонального харчування та здорового способу життя.

Компаративний аналіз світового досвіду професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, вивчення сучасної практики такої підготовки в Україні дав можливість спрямувати зусилля на обґрунтування концептуальних засад професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Основні наукові положення розділу викладено в опублікованих працях [71, 73, 75, 85, 86, 87, 90-93, 96, 97, 99, 100, 621].

РОЗДІЛ 4

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ЗАСАДИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

4.1. Структура професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у 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 [310, с. 213].

Х. Бауман, представник Міністерства освіти Естонії, виокремлює три складові компетентності: загальну, компетентність стосовно галузі знань та компетентність щодо власної спеціальності [40, с. 35].

За висновками І. Ю. Карпюка, у професійній компетентності виокремлюють ключову, базову та спеціальну компетентності [232, с. 175].

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 [261, с. 67].

Автори проекту «Налаштування освітянських структур в Європі» (Tuning Educational Structures in Europe 2012 – TUNING) виокремлюють ключові загальні та ключові предметно-спеціальні компетентності. Під загальними (generic) компетентностями розуміють знання, навички та здатності, якими студент оволодіває в процесі виконання певної програми навчання та які мають універсальний характер. До спеціальних (subject related) відносять ті, які є специфічними для даної предметної галузі (напрямку/дисципліни); безпосередньо пов'язані із спеціальними знаннями в предметній галузі; визначають профіль програми, тобто роблять її індивідуальною та істотно відмінною від інших програм [605].

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 [321].

Н. В. Кузьміна виділяє в структурі педагогічної компетентності соціальну, психолого-педагогічну, диференційно-психологічну та методичну групи та рефлексію педагогічної діяльності [271, 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 [182, 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 учений 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 [191, с. 81].

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) [436, с. 379].

Вітчизняний учений В. Г. Чорнобай вказує, що в структурі професійної компетентності є три загальні компоненти: зміст, мотивація та виконання [472, с. 412].

Оригінальний підхід до класифікації професійної компетентності фахівця з фізичної культури і спорту, на нашу думку, представлений у монографії С. А. Хазової, у якій визначено три групи компетентностей (загальнопрофесійну, загальногалузеву та спеціальну) [460, 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 [460, с. 56]. Загальногалузєва 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 [460, с. 56].

А. В. Свасьєв у складі професійної компетентності майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту виокремлює соціальний, особистісний та

індивідуальний компоненти, а також володіння соціально-особистісними й загальнонауковими знаннями. [385, с. 112].

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) [140, 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 [349, с. 18].

Досліджуючи структуру професійної компетентності майбутнього тренера зі спортивних танців, В. І. Тарасенко виділяє такі компоненти, як: когнітивний, мотиваційно-діяльнісний і творчий [431, 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 [25, 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 [38, с. 18].

Нам імпонує думка Н. В. Гущиної, 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) [146, 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)» [414, 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 контрольної-коректувальної частин).

Враховуючи теоретичні розробки вчених і власний досвід викладацької діяльності, нами розроблено структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, та включає мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, праксеологічний та особистісний компоненти (рис. 4.1).

Вихідними позиціями при структуруванні професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, було те, що кожний компонент характеризує певну властивість, здатність або здібність особистості, що опосередковано чи безпосередньо є фундаментом для успішної реалізації професійних функцій фітнес-тренерів.



Рис. 4.1. Структура професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти

Розглянемо сутність мотиваційного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти.

На думку Т. Д. Дубовицької, ефективність професійної діяльності людини пов'язана з мотиваційними чинниками та сформованістю професійної спрямованості особистості [171, 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 [210, с. 270].

Дослідники психології професіоналізму І. О. Зимня [199, с. 326] та А. К. Маркова [310, 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 [211, 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 [227, 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 [367, с. 25]. За даними Н. Височиної [122, с. 68], С. Е. Шутової [480, с. 374], А. Маснара [568, 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, що 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, що формується у 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 [125, 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 [44, 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) [286, 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 [370, 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» [342, 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 [422, 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 [422, 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 [425, 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 [308, 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 більшої кількості критеріїв відповідає особистість, тим більше вона демонструє прагнення до самоактуалізації [213, 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» [133, с. 3].

На думку Д. О. Леонтьєва, 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 розгортатися, переходячи з потенційної в актуальну форму [287].

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 «Глумачному 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 [268, 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 [168, 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) [421, 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» [334, 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 [212, 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 [145, 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 [274, 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 [374, 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 [399, 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» [248, 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 [59, с. 31].

Гносеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, відображає 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. Абдулліною [1, с. 57] та В. М. Мініяровим [315, 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 зав'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 [317, 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, що формується у закладах вищої освіти, характеризується комплексом 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.

Відповідно до освітньо-кваліфікаційної характеристики бакалавра галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» напряму підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» до змісту гносеологічного компоненту ми відносимо знанняву основу загальних компетентностей (соціальних, загальнокультурних, інструментальних, системних, загальнонаукових), базових професійних компетентностей, які характеризують систему знань з фізичної культури і спорту (дослідницько-аналітичні; технологічні, організаційні, управлінські) та спеціальних професійних компетентностей, які характеризують коло знань необхідних для діяльності фітнес-тренера [123].

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» [152, 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» [396, с. 130].

У нашому дослідженні праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, відображає ступінь здатності майбутніх фітнес-тренерів до здійснення ефективної професійної діяльності та становить необхідний обсяг професійних умінь та навичок (спеціальних професійних компетентностей) щодо надання фітнес- і рекреаційних послуг різним групам населення.

Проаналізуємо результати досліджень вітчизняних і закордонних науковців з проблеми визначення специфіки діяльності фахівців у сфері фізичної культури і спорту, зокрема видів діяльності фітнес-тренерів.

Специфіку сфери фітнес-послуг та роль фітнес-тренера вивчав Т. Г. Беставішвілі, 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 [50, 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 [50, 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 вмінь 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 [155, 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 [146, 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 [116, с. 12]. На думку К. Д. Волкова, інструктор тренажерного залу повинен уміти 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; організувати 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 [116, с. 16].

У дослідженнях Л. В. Сидневої вміння професіонала з оздоровчої аеробіки склали викладацькі навички, методика навчання базовим крокам, володіння методикою проведення «розминки», «заминки» та силового тренування, музикальність і вміння складати комбінації [401, с. 13].

У роботах О. Г. Сайкіної ґрунтовно висвітлено особливості професійної діяльності фахівця з фітнесу в дошкільних і загальноосвітніх навчальних закладах [377, 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 [377, 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 [579, с. 186, 567].

У роботах А. А. Гладишева [130, с. 66] та О. В. Шестакової [477, 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 [248, 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, що формується у закладах вищої освіти, є комплекс спеціальних компетентностей, які ґрунтуються на базових компетентностях фахівця фізичної культури та спорту та характеризують певні види професійних функції фітнес-тренерів.

Нами виділено такі види спеціальних компетентностей: дидактично-рухова, проектувально-конструкторська, контрольньо-аналітична, організаційно-регулятивна та мотиваційно-комунікативна компетентності (рис. 4.2).

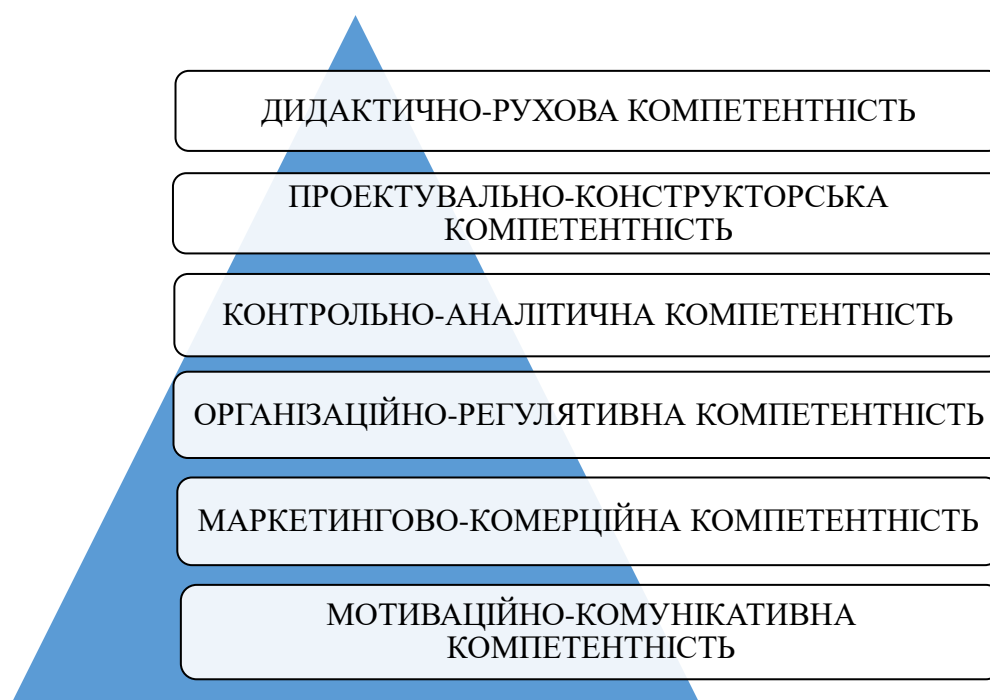


Рис. 4.2. Зміст праксеологічного компоненту професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера (спеціальні компетентності)

До змісту дидактично-рухової компетентності 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.

Проектувально-конструкторська компетентність 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 компетентність 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 компетентність 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 складати 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 компетентність 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 [469, с. 134] ми виокремлюємо три групи мотиваційно-комунікативної компетентності фітнес-тренера:

– здатність до міжособистісної комунікації (вміння користуватися вербальними і невербальними засобами передачі інформації; грамотність усної і письмової мови, навички ораторського мистецтва; уміння організувати 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 вмотивовувати клієнтів тощо).

Специфічною для діяльності фітнес-тренера, на нашу думку, є маркетингово-комерційна компетентність. 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 конкурентноздатності.

За аналізом І. А. Доніної [165, с. 846] та В. Я. Глоня [131, 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 компетентність 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 компетенції 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. [45, с. 242].

Отже, праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується у закладах вищої освіти, характеризується

сформованістю спеціальних професійних компетентностей: дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольно-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної. Варто зазначити, що названі види компетентностей формуються на основі загальних та базових компетентностей, характерних для всіх фахівців сфери фізичної культури та спорту.

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 [465, 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 посиланням М. В. Лемака, до професійно значущих якостей представника професій типу «людина-людина» можна зарахувати комунікативні здібності, емоційну стійкість, швидке перенесення уваги; емпатію; спостережливість; організаторські здібності та ін. [159, 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) [212, 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) [293, 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) [145, с. 13].

Ми згодні з К. Д. Волковим, який до професійно важливих особистісних якостей інструктора тренажерного залу відносить сумлінність, товариськість, доброзичливість і тактовність, дипломатичність, артистизм та стресостійкість [116, 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 [380, 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 [401, 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 [364, с. 76].

Закордонні колеги (Н. Gardner [547, с. 76], В. Gearity [548, с. 178], В. Walsh [625, с. 100], С. Hyatt [555, с. 107], V. Gambetta [546, с. 11], J. Maxwell [571, 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, у зміст компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у 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, що формується у закладах вищої освіти, ми розглядаємо ті якості, які в психології об'єднуються поняттям «риса 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 [164, с. 86].

До функцій емпатії В. М. Вартачан 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 [70, с. 95].

А. Е. Ахмедзянова 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 [28, 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 [314, 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 [461, 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 [242, 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 [4, с. 103]. Перша підструктура – це здатність людини розуміти інших людей. Її елементи – прагнення до розуміння інших, уміння слухати співрозмовника, спостережливість. Друга підструктура – експресивна здатність як здатність до самовираження особистості. Її елементами є прагнення бути зрозумілим іншими, чесність, культура мови, довіра до партнера. Третя підструктура – здатність адекватно впливати на співрозмовника. Її елементами є вимогливість, ввічливість, такт, дисциплінованість, рішучість [4, 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. Соловійова 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 [420, 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 [269, с. 122].

Аналіз робіт К. В. Литвинової [291, с. 44], Д. Майєрса [301, с. 378], Р. Bennis [510, с. 67], R. Stogdill [598, 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 [181, 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, що формується у закладах вищої освіти. Виокремлено мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, праксеологічний та особистісний компоненти, які формуються на основі загальних, базових та спеціальних компетентностей, мають взаємозалежний та взаємопов'язаний характер, завдяки чому й забезпечується формування інтегрального новоутворення особистості – професійної компетентності фітнес-тренера.

4.2. Концепція професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Передумовами розробки концепції були аналіз стану розробленості проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах реформування вищої освіти, вивчення світового та вітчизняного досвіду професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, обґрунтування компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти. 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» [53, 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» [143].

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 [251, 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 [488, 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 [488, 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 [55, с. 350–351].

Нам імponує думка Е. В. Яковлева та Н. О. Яковлевої про те, що структура педагогічної концепції повинна мати наступні розділи [488, с. 16]:

- 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 підстави для вивчення відповідної проблеми;
- 4) ядро (сукупність закономірностей і принципів функціонування та розвитку досліджуваних процесів, виявлених із залученням зафіксованих теоретико-методологічних основ);
- 5) змістовно-сміслове наповнення (проекція теоретичних положень на практичну сферу діяльності педагога);
- 6) верифікацію (особливості організації педагогічного експерименту з перевірки й оцінки концепції в цілому).

Спираючись на вище зазначені позиції, обґрунтуємо положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти (далі – Концепція).

В основі задуму концепції теза про те, що необхідність професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як нової педагогічної системи, обумовлена потребою ринку праці у фахівцях певного профілю, має ґрунтуватися на засадах етапності її розробки, з конкретизацією вимог до системи вищої освіти з боку суспільства, професійного співтовариства й учасників освітнього процесу, обґрунтуванням змісту професійної діяльності фітнес-тренера та його професійно-значимих якостей, визначенням компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, впровадженням отриманих характеристик у навчальний процес у формі моделі системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Задум концепції розвивається у концептуальних положеннях, які розкривають її мету, правові основи, місце в теорії педагогіки й системі міждисциплінарного знання, понятійно-категоріальний апарат, методологічні підходи до проектування системи професійної підготовки, ядро (сукупність закономірностей та принципів функціонування й розвитку професійної підготовки).

Метою Концепції є обґрунтування теоретико-методичних засад професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка є складовою системи професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту, спроектована з урахуванням специфіки діяльності фітнес-тренера, світового досвіду, вимог замовників освітніх послуг (роботодавців) та суспільства й спрямована на формування професійної компетентності випускників, що дасть їм змогу після завершення освітньої програми успішно реалізовувати отримані знання та професійні навички у діяльності 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 [188]; 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) [187]; Законі України «Про фізичну культуру і спорт» (1994) (зі змінами, внесеними 18.01.2018) [189]; «Стратегії сталого розвитку «Україна – 2020» [473]; «Стратегії реформування вищої освіти в Україні до 2020 року» (проект) [426]; Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [323]; Постанові Кабінету міністрів «Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року» [353]; Національному класифікаторі України «Класифікатор професій» ДК 003:2010, [324], Проекті TUNING (2012) [605] тощо.

В основу Концепції покладено розроблені теорії закордонних та вітчизняних учених, у яких знайшли своє втілення фундаментальні теорії сучасної загальної педагогіки (В. П. Андрущенко [16], Ю. К. Бабанський [29], В. П. Беспалько [49], І. А. Зязюн [204], В. В. Краєвський [258], В. Г. Кремень [260], Н. В. Кузьміна [271], І. Я. Лернер [288], В. А. Семиченко [394], С. О. Сисоєва [404]); теорії педагогічних систем (І. Блауберг [54], Г. К. Селевко [391], Е.Г. Юдін [486]); теорії особистості та її розвитку в навчанні й діяльності (І. Д. Бех [51], О. Леонт'єв [285], А. К. Маркова [310], А. Маслоу [287] та ін.); компетентісний підхід в освіті (І. О. Зимня [197]); концепції професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту (О. Ю. Ажиппо [3], П. Б. Джуринський [158], Є. А. Захаріна [192], Л. І. Іванова [216], Р. П. Карпюк [232], Р. В. Клопов [235], Ю. О. Лянной [297], Л. П. Сущенко [430], О. В. Тимошенко [439]); положення теорії та методики спортивного тренування та фізичного виховання (М. М. Боген [56], В. М. Платонов [345]); положення теорії й методики формування системи спорту для всіх (М. В. Дутчак [174]); концепція рекреаційно-оздоровчої діяльності різних груп населення (О. В. Андрєєва [15]); концептуальні основи дитячого фітнесу (О. Г. Сайкіна [377]); теоретико-методичні напрацювання щодо індивідуалізації та диференціації навчання (Ю. К. Бабанський [29]: контекстного

(А. О. Вербицький [105]), інтерактивного (С.О. Сисоєва [404]), й проблемного навчання (І. Я. Лернер [288]).

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 для сфери фізичної культури і спорту.

Концепція передбачає можливість її трансформації у відповідь на мінливі умови соціокультурної та економічної ситуації в країні та світі.

Онтологічний аспект концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти конкретизований у понятійно-категоріальному апараті. До понять загального контексту досліджуваної проблеми нами віднесено такі поняття, як: «професія», «професіограма», «модель фахівця», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «професійна підготовка» та «заклад вищої освіти». До групи спеціальних понять нами віднесено такі поняття, як: «фітнес», «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти». Їх тлумачення репрезентовано в підрозділі 1.3.

Методологічну основу професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти становлять методологічні підходи, реалізація яких вказує на стратегічні напрямки такої підготовки.

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 [37, 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 [459]. 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 розробки 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 [223, 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 [20, 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 [27, 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, появі 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 [344, с. 18-23] та Е. А. Тюгашева [445, 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 проектуванні змісту, форм і методів реалізації навчально-виховного процесу майбутніх фітнес-тренерів.

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 [18], А. А. Деркач [154], Н. В. Кузьміна [271, 272], Н. Н. Максимова [304], М. І. Станкін [421] 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) [41, 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 [33], В. І. Луговий [295], В. А. Болотов [61], Л. Л. Хоружа [463] та ін., професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти повинна бути зорієнтована на результат, тобто поступове формування в студента професійної компетентності 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 [195, с. 18-26].

Як вважає Г. Селевко [390, с. 138–143] та В. Химинець [462], 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 [395, 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 [428, 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 [110], О. А. Дубасенюк [170] 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 [34].

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 [51], В. А. Семиченко [393, 394], О. П. Сердюк [398], О. А. Сергійчук [397], А. В. Хуторський [467], І. С. Якіманська [487] 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 [392, 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 [392, с. 125-126]. Діяльнісний підхід у педагогічній освіті започаткували Л. Божович [60], К. М. Дурай-Новакова [172], Д. Ельконін [484], В. О. Кан-Калик [230], Н. В. Кузьміна [276], О. М. Леонт'єв [285], В.А. Сластьонін [410] 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.

З огляду на вищевказане, методологічне підґрунтя для розробки професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів складають такі підходи: 1) *діалектичний* (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; необхідність виявлення, усвідомлення й подолання суперечностей між ресурсами особистості та вимогами, які їй висуваються; суперечності між педагогічною та ринковою аспектами діяльності фітнес-тренера; між

комерціалізацією поняття «освітня послуга» та несумісністю товарних відносин у навчально-виховному процесі); 2) *екзистенціальний* (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); 3) *системний* (дозволяє розглядати професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як відкриту педагогічну систему, яка характеризується 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); 4) *соціокультурний* (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); 5) *акмеологічний* (спрямовує професійну підготовку на формування в студентів спрямованості особистості на максимальну професійну та особистісну самореалізацію); 6) *компетентнісний* (орієнтує професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів 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); 7) *професіографічний* (передбачає з'ясування професіографічних складників діяльності фітнес-тренера, зокрема професійно важливих якостей і властивостей особистості, як основи для початкового етапу проектування змісту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів); 8) *особистісний* (дозволяє розглядати особистість студента як центральний об'єкт навчального процесу в закладах вищої освіти, передбачає розробку системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів з урахуванням їхніх

базових потреб, очікувань, рівня професійної та навчальної мотивації та індивідуально-типологічних особливостей); 9) *діяльнісний* (передбачає моделювання структури навчально-професійної діяльності студента на базі конкретних виробничих функцій фітнес-тренера, на активізацію й переведення його в позицію суб'єкта пізнання, праці та спілкування, вольового спонукання до формування умінь стратегічного та оперативного планування навчальної діяльності й відповідного оцінювання власних досягнень).

З позицій представлених методологічних підходів визначимо 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 [488, 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 [205, с. 15]. Для виявлення закономірностей професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти 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 [488, с. 117].

Характеризуючи педагогічні закономірності, Н. К. Зотова зазначає, що вони «часто діють як закони-тенденції» та як напрями розвитку певного явища» [203, с. 73].

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 [21, 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 [222].

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. [21, 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 [30];

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 [187].

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 [21, с. 116-122.].

Таким чином, 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.

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 [335, с. 215-219].

Аналіз тенденцій та закономірностей, які здійснюють вплив на систему вищої освіти, зокрема в сфері фізичної культури і спорті, дозволили нам обґрунтувати загальні принципи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, до яких нами віднесено такі: принцип ринкової конгруентності, гуманізації, студенто-орієнтованості, фундаменталізації та науковості, інтелектуалізації 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 пропонованих 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 молодшої 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 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, розгляд групи закономірностей та принципів зовнішньої обумовленості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, дозволяє стверджувати, що стратегія професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти повинна відображати 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*); демонстрація академічної чесності студентами і науково-педагогічними працівниками (*принцип академічної чесності*).

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 ми виокремлюємо принципи системності, міждисциплінарності, інтеграції базової та спеціальної підготовки, рухової поліфункціональності, ранньої професіоналізації, єдності традиції та інновацій, диференціації та індивідуалізації, евристичної інтерактивності, смислової і перцептивної наочності, самостійності.

Принцип системності дозволяє 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 інтеграції базової та спеціальної підготовки передбачає формування у студентів оптимального мінімуму загальних та базових компетентностей, необхідних для вирішення загальнопрофесійних завдань фахівця у сфері фізичної культури і спорту та формування спеціальних професійних компетенцій та особистісних якостей, необхідних для виконання професійних обов'язків фітнес-тренера.

Принцип міждисциплінарності передбачає орієнтацію всіх навчальних дисциплін освітньої програми майбутнього фітнес-тренера на професійну діяльність та зумовлює компетентісно-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 рухової поліфункціональності 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, планованості 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 традицій 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 ефективно 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 перевантаження 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.

Отже, можна узагальнити, що ефективність професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти залежить від урахування загальнодидактичних та специфічних закономірностей навчання та відповідає таким принципам: *системності* (дає змогу тлумачити професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з позицій логіки синтезу, взаємопереходів і взаємозалучення усіх її компонентів); *інтеграції базової та спеціальної підготовки* (передбачає формування у студентів оптимального мінімуму загальних та базових компетентностей, необхідних для вирішення загальнопрофесійних завдань фахівця у сфері фізичної культури і спорту й формування спеціальних професійних компетентностей та особистісних якостей, необхідних для виконання професійних обов'язків фітнес-тренера); *міждисциплінарності* (передбачає компетентісно-інтегративний характер проектування та викладання навчальних програм з їх орієнтацію на специфіку професійної діяльності фітнес-тренера); *рухової поліфункціональності* (забезпечує формування у студентів значного обсягу технічних навичок з різних напрямів фітнесу); *сислової і перцептивної наочності* (передбачає застосування комплексу специфічних методів навчання руховим діям у процесі технічної підготовки на основі формування в майбутніх фітнес-тренерів як сислової, так і сенсомоторної інформації про рух); *ранньої професіоналізації* (потребує впровадження з першого по четвертий курси навчання дисциплін професійно-прикладної спрямованості, виконання професійних завдань у ході проходження практик за профілем майбутньої роботи та волонтерської діяльності); *єдності традиції та інновацій* (дає змогу реалізувати діалектичний баланс між застосуванням традиційних для педагогіки, теорії та методики фізичного виховання і спорту засобів, методів і форм навчання й інноваційних

ідей); *диференціації та індивідуалізації* (передбачає 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, їхніх світоглядних і національних цінностей, соціальних та когнітивних характеристик молодого покоління); *евристичної інтерактивності* (забезпечує продуктивну творчу взаємодію студентів і викладачів, за умов координуючої ролі останніх); *самостійності* (передбачає формування у студентів здатності до самостійного пошуку, опрацювання, опанування інформації; самостійного набуття, удосконалення професійних навичок та навчання методам самостійного отримання знань, умінь і навичок).

Таким чином, нами обґрунтовані положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, які визначають стратегічні напрями такої підготовки, її специфіку, закономірності, властивості та відповідні дидактичні принципи.

Сформульовані концептуальні положення слугували підґрунтям для розробки системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з метою її впровадження в освітню практику.

4.3. Система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Методологія системного підходу дозволяє розглядати процес професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як інноваційну педагогічну систему.

Фахівці з теорії систем визначають систему як множину взаємозв'язаних елементів, що утворюють цілісність, стійку єдність з середовищем і в інтегральній єдності своїх властивостей і структури утворюють нове явище або процес. До загальних ознак системи вчені відносять: наявність системоутворюючих, системонаповнюючих та системорегулюючих факторів;

структурованість; цілісність – система не сума її компонентів, а інтегральний результат їх взаємодії; ієрархічність – підпорядкованість компонентів і підсистем системі в цілому; структурність – наявність взаємозв'язків між компонентами; зв'язок із зовнішнім середовищем – системами більш високого рівня; самовдосконалення рівня своєї організації при зміні зовнішніх чи внутрішніх умов існування. Педагогічна система, на думку І. І. Коновальчук, це цілісність закономірно розташованих і взаємопов'язаних компонентів, яка забезпечує повноцінне функціонування інноваційних педагогічних процесів. Інноваційна педагогічна система – це якісно новий рівень функціонування і розвитку педагогічної системи на основі зміни її внутрішньої структури і процесів як результату впливу зовнішнього середовища [245].

Процес професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти розглядається нами як цілісна педагогічна система, що утворюється на основі взаємодії її структурно-функціональних компонентів, результатом якої є формування професійної компетентності фахівця.

У відповідності з сучасними уявленнями для проектування педагогічних систем доцільним є використання методу моделювання та конструювання відповідної моделі.

Науковці (Р. В. Клопов [235], Л. П. Сущенко [430] та ін.) приділяли значну увагу розробці моделі професійної підготовки майбутніх фахівців у сфері фізичної культури та спорту. Є. О. Павлюк [339], А. В. Сват'єв [385] розглядали модель професійної підготовки майбутніх тренерів з виду спорту в закладах вищої освіти. П. А. Слобожанінов [414] 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 спиралися 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) [29, 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) [330, 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» [214, 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 [429, с. 120]. За А. Г. Рибковським та А. О. Светою, модель – це система, в якій відносини між елементами певною мірою відображають іншу систему, відповідно до кількісних і якісних критеріїв [371, с. 164]. Т. М. Володимирова вважає, що модель є образно уявленим або матеріально реалізованим аналогом – 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 [111, 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 [39, 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 [488, с. 124]. При цьому, учений указує на необхідність встановлення взаємозв'язків між модельованими підсистемами [488, с. 126].

Аналізуючи класифікацію педагогічних моделей, Є. В. Яковлев виділяє структурно-функціональні й функціонально-структурні моделі; організаційні; освітні; процесні; компетентнісні та математичні моделі [488, 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 [311, с. 93].

Результати теоретичного аналізу літератури та аналіз власного досвіду викладацької діяльності дозволили розробити модель системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. (рис. 4.3).

Зазначимо, що розроблена модель характеризується відкритістю, що передбачає активну взаємодію системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти із факторами зовнішнього середовища, що сприяють її виникненню та розвитку.

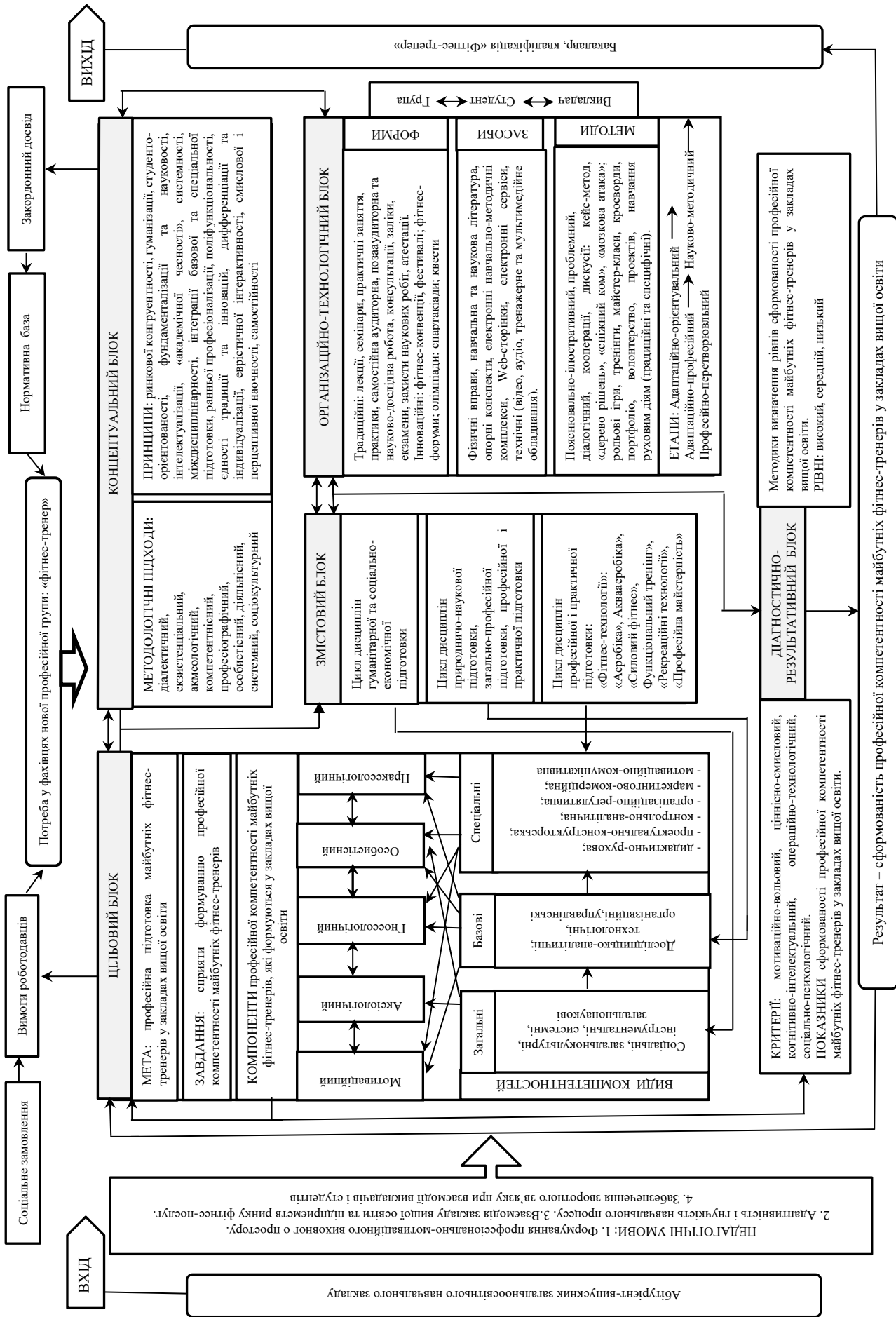


Рис. 4.3. Модель системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

До таких факторів ми відносимо соціально-культурні пріоритети суспільства, стан та динаміку ринку праці у фітнес-індустрії, вимоги роботодавців до рівня знань, умінь та навичок фітнес-тренера, тенденції у системі вищої освіти та відповідне нормативне забезпечення. Активна взаємодія між вказаними соціальними інститутами здійснюється через механізми соціального партнерства.

Запропонована модель професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти утворюється на базі взаємодії п'яти функціональних підсистем (блоків) та підпорядкованих ним елементів.

Функціональні компоненти системи ми тлумачимо як базові зв'язки між вихідним станом структурних елементів системи (на вході – абітурієнт-випускник загальноосвітнього навчального закладу); на виході – бакалавр (кваліфікація «фітнес-тренер»).

Перший блок – цільовий, що визначає мету, завдання системи професійної підготовки, компоненти професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, та види компетентностей, що складають компетентісну модель фахівця. Вказані елементи є системоутвірними для нашої моделі. Завдання професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти полягає у сприянні формування компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, зокрема: мотиваційного, аксіологічного, гносеологічного, особистісного і праксеологічного. Мотиваційний компонент – відображає компетентність у мотиваційній сфері особистості та характеризується наявністю професійної спрямованості особистості. Аксіологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, відображає емоційно-ціннісний вектор розвитку особистості. Гносеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, характеризується комплексом соціально-гуманітарних, фундаментальних та професійних знань й 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. Особистісний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, передбачає наявність комплексу професійно-значущих особистісних якостей майбутніх фітнес-тренерів. Праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, відображає ступінь здатності майбутніх фітнес-тренерів до здійснення ефективної професійної діяльності, становить обсяг необхідних професійних умінь та навичок щодо надання фітнес- і рекреаційних послуг різним групам населення.

Усі компоненти тісно взаємопов'язані і утворюють інтегральну професійну компетентність майбутніх фітнес-тренерів.

Сформованість кожного компонента професійної компетентності як особистісної категорії забезпечує сформованість певних видів компетентностей, що характеризують компетентісну модель випускника та відображено в Галузевому стандарті вищої освіти із галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» [123] та його варіативній частині. До них віднесено: загальні (соціальні, загальнокультурні, інструментальні, системні, загальнонаукові компетентності); базові професійні компетентності (дослідницько-аналітичні; технологічні, організаційні, управлінські); спеціальні професійні (дидактично-рухова, проектувально-конструкторська, контрольна-аналітична, організаційно-регулятивна та мотиваційно-комунікативна). Детальний їх розгляд репрезентовано у підрозділі 4.1.

Наступною підсистемою моделі системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти є концептуальний блок, який виконує системорегулювальну функцію, визначає загальну стратегію й тактику проектування професійної підготовки й охоплює методологічні підходи (діалектичний, екзистенціальний, системний, соціокультурний, акмеологічний, компетентнісний, професіографічний, особистісний та діяльнісний) та принципи

(ринкової конгруентності, гуманізації, студенто-орієнтованості, фундаменталізації та науковості, інтелектуалізації, «академічної чесності», системності, міждисциплінарності, інтеграції базової та спеціальної підготовки, ранньої професіоналізації, поліфункціональності, єдності традиції та інновацій, диференціації та індивідуалізації, евристичної інтерактивності, смислової і перцептивної наочності, самостійності).

Однією зі структурно-функціональних підсистем моделі є змістовий блок, який розкриває інформаційну складову професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та відображає зміст навчально-методичних комплексів, зокрема цикл дисциплін гуманітарної, соціально-економічної підготовки, природничо-наукової (фундаментальної) підготовки, загальнопрофесійної підготовки, професійної та практичної підготовки. Опанування певних циклів дисциплін забезпечує формування вказаних видів компетентностей, а через них і компонентів професійної компетентності.

Так, цикл гуманітарної, соціально-економічної підготовки має найбільш вагоме значення для розвитку аксіологічного та особистісного компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів. Цикл дисциплін фундаментальної підготовки є базовим для формування гносеологічного та праксеологічного компонентів, а цикл дисциплін загальнопрофесійної підготовки – для формування гносеологічного, мотиваційного, праксеологічного та особистісного компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів. Цикл дисциплін професійної і практичної підготовки, зокрема такі, як: «Фітнес-технології»: «Аеробіка», «Аквааеробіка», «Силовий фітнес», «Функціональний тренінг», «Рекреаційні технології» сприяє формуванню мотиваційного, гносеологічного, особистісного та праксеологічного компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів.

Окремою підсистемою в моделі є організаційно-технологічний блок, який відображає реалізаційну складову спільної освітньої діяльності викладача, студента й групи, містить організаційно-методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти (форми, методи та

засоби організації навчально-виховного процесу), а також має етапи: адаптаційно-орієнтувальний, адаптаційно-професійний, науково-методичний та професійно-перетворювальний.

Виокремлено такі традиційні форми навчання як: лекції, семінари, практичні заняття, практики, самостійна аудиторна, позааудиторна та науково-дослідна робота, консультації, заліки, екзамени, захисти наукових робіт, атестації. Разом з тим, застосовувались і інноваційні форми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: фітнес-конвенції, фестивалі; фітнес-форуми; олімпіади; спартакіади; квести.

Засобами навчання слугували фізичні вправи, навчальна та наукова література, опорні конспекти, електронні навчально-методичні комплекси, Web-сторінки, електронні сервіси, технічні (відео, аудіо, тренажерне та мультимедійне обладнання).

Серед методів професійної підготовки нами використовувалися такі: метод наочності, пояснювально-ілюстративний, проблемний, діалогічний, кооперації, дискусії: кейс-метод, «дерево рішень», «сніжний ком», «мозкова атака»; рольові ігри, тренінги, майстер-класи, кросворди, портфоліо, волонтерство, проектів, навчання руховим діям (традиційні та специфічні).

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 напрямку 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.

Зазначимо, що організаційно-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.

Діагностично-результативний блок моделі містить діагностичний інструментарій, критерії та показники сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, на основі яких визначається її рівень – високий, середній, низький. 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 організаційно-технологічним блоком, прямим ієрархічним зв'язком із концептуальним блоком і діагностично-результативним блоком. Концептуальний блок пов'язаний зворотним зв'язком зі змістовим і організаційно-технологічним. Змістовий та організаційно-технологічний пов'язані зворотними зв'язками зі всіма блоками моделі, у тому числі, діагностично-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 [178, 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 [460, 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 і гнучкість 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 Гіпократата» 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. Разом з тим, формуванню професійно-мотиваційного виховного простору, на нашу думку, сприяло впровадження суспільно-корисних та командоутворювальних видів діяльності студентів, організацію дозвілля на основі моніторингу психологічного стану та соціальних орієнтацій студентської молоді.

Отже, 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 і 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 *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 модель системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка є підсистемою загальної системи вищої освіти фахівців сфери фізичної культури і спорту, утворюється упорядкованою єдністю об'єктивно взаємопов'язаних і взаємообумовлених структурних підсистем, забезпечує формування професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, де системотвірним фактором є сукупність соціального запиту, вимог роботодавців, нормативної бази, закордонного досвіду підготовки та цільового блоку (мета, завдання професійної підготовки, компоненти та види професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів); системорегулювальним – методологічний блок (комплекс підходів та

принципів), системонаповнювальним – сукупність змістового блоку (навчальний план та етапи професійної підготовки), організаційно-технологічного блоку (засоби, форми педагогічного впливу, педагогічні умови, суб'єкти) та діагностично-результативного блоку (діагностичний інструментарій, критерії, показники та рівні сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів).

Висновки до четвертого розділу

У розділі представлено теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, зокрема обґрунтовані структура професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, концепція професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та розроблена система такої підготовки.

До структури професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, належать мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, праксеологічний та особистісний компоненти, які утворюються системою загальних, базових та спеціальних компетентностей, мають взаємозалежний та взаємопов'язаний характер, завдяки чому й забезпечується формування інтегрального новоутворення особистості – професійної компетентності фітнес-тренера. Мотиваційний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, характеризується наявністю професійної спрямованості особистості та виявляється в інтеграції мотиваційних утворень та вольових якостей особистості фахівця. Аксіологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, віддзеркалює емоційно-ціннісний вектор розвитку особистості, визначає ступінь здатності до самовизначення, цілепокладання та актуалізації власних потенціалів як засобів реалізації сенсу життя. Гносеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-

тренерів, що формується у закладах вищої освіти, характеризується комплексом соціально-гуманітарних, фундаментальних і професійних знань та сформованих академічних здібностей, зокрема дослідницьких. Праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у 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- і рекреаційних послуг різним групам населення. До змісту праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів віднесено комплекс спеціальних компетентностей. До спеціальних компетентностей майбутнього фітнес-тренера віднесено: дидактично-рухову, проектувально-конструкторську, контрольну-аналітичну, організаційно-регулятивну, мотиваційно-комунікативну та маркетингово-комерційну компетентності. Особистісний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, передбачає наявність комплексу професійно-значущих особистісних якостей майбутніх фітнес-тренерів, які у психології об'єднуються поняттям «риса характеру». До професійно важливих якостей майбутніх фітнес-тренерів, що є базовими для розвитку інших професійно-значущих якостей, нами виділено здатність до емпатії, комунікативні та організаторські здібності, лідерські якості та конфліктостійкість.

Сформульовано положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка має таку структуру: мета, місце в теорії педагогіки, понятійно-категоріальний апарат, теоретико-методологічні основи, ядро концепції (сукупність закономірностей і принципів функціонування педагогічної системи). Метою концепції є обґрунтування теоретико-методичних засад професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка є складовою системи професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту, спроектована з урахуванням специфіки діяльності фітнес-тренера, світового досвіду, вимог замовників освітніх послуг (роботодавців) та суспільства й спрямована на формування

професійної компетентності випускників, що дасть їм змогу їм після завершення освітньої програми успішно реалізовувати отримані знання та професійні навички у діяльності з надання фітнес-послуг для різних груп населення. Онтологічний аспект концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти конкретизований у таких поняттях, як: «професія», «професіограма», «модель фахівця», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «професійна підготовка», «заклад вищої освіти», «фітнес», «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти». Методологічну основу професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти визначають методологічні підходи (діалектичний, екзистенційний, системний, соціокультурний, акмеологічний, компетентнісний, професіографічний, особистісний та діяльнісний), реалізація яких визначає стратегічні напрямки такої підготовки. Стратегія професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти відображає причинно-наслідкові зв'язки й залежності зумовлені соціально-економічними, політичними, культурологічними факторами, й відповідає 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 (*принцип інтелектуалізації*); демонстрування академічної чесності студентами і науково-педагогічними працівниками (*принцип академічної чесності*). Ефективність професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти залежить від урахування загальнодидактичних та специфічних закономірностей навчання та

відповідає таким принципам: *системності* (дає змогу тлумачити професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з позицій логіки синтезу, взаємопереходів і взаємозалучення усіх її компонентів); *інтеграції базової та спеціальної підготовки* (передбачає формування у студентів оптимального мінімуму загальних та базових компетентностей, необхідних для вирішення загальнопрофесійних завдань фахівця у сфері фізичної культури і спорту й формування спеціальних професійних компетентностей та особистісних якостей, необхідних для виконання професійних обов'язків фітнес-тренера); *міждисциплінарності* (передбачає компетентісно-інтегративний характер проектування та викладання навчальних програм з їх орієнтацію на специфіку професійної діяльності фітнес-тренера); *рухової поліфункціональності* (забезпечує формування у студентів значного обсягу технічних навичок з різних напрямів фітнесу); *сислової та перцептивної наочності* (передбачає 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); *ранньої професіоналізації* (потребує впровадження з першого по четвертий курси навчання дисциплін професійно-прикладної спрямованості, виконання професійних завдань у ході проходження практик за профілем майбутньої роботи та волонтерської діяльності); *єдності традиції та інновацій* (дає змогу реалізувати діалектичний баланс між застосуванням традиційних для педагогіки, теорії та методики фізичного виховання і спорту засобів, методів, форм навчання та інноваційних ідей); *диференціації та індивідуалізації* (передбачає урахування пізнавального стилю, психофізіологічних та індивідуально-типологічних особливостей студентів, рівня базових знань і навичок, професійного досвіду, типу сформованої мотивації, спрямованості особистості, схильностей та інтересів студентів, їхніх світоглядних та національних цінностей, соціальних та когнітивних характеристик молодого покоління); *евристичної інтерактивності* (забезпечує продуктивну творчу взаємодію студентів і викладачів, за умов координуючої ролі останніх); *самотійності* (передбачає формування у

студентів здатності до самостійного пошуку, опрацювання, опанування інформації; самостійного набуття, удосконалення професійних навичок та навчання методам самостійного отримання знань, умінь і навичок).

Розроблено систему професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка є підсистемою загальної системи вищої освіти фахівців сфери фізичної культури і спорту, утворюється упорядкованою єдністю об'єктивно взаємопов'язаних і взаємообумовлених структурних підсистем, забезпечує формування професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, де системотвірним фактором є сукупність соціального запиту, вимог роботодавців, нормативної бази, світового досвіду підготовки та цільового блоку (мета, завдання професійної підготовки, компоненти професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується у закладах вищої освіти, та види компетентностей); системорегулювальним – методологічний блок (комплекс підходів та принципів), системонаповнювальним – сукупність змістового блоку (навчальний план та етапи професійної підготовки), організаційно-технологічного блоку (засоби, форми педагогічного впливу, педагогічні умови, суб'єкти) та діагностично-результативного блоку (діагностичний інструментарій, критерії, показники та рівні сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів).

Педагогічними умовами, 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 і гнучкість навчального процесу; забезпечення зворотного зв'язку при взаємодії викладачів і студентів.

Основні наукові положення розділу викладено в опублікованих працях [71, 72, 79-81, 83, 84, 101, 622, 623].

РОЗДІЛ 5

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНИЙ СУПРОВІД 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 вибіркового 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) [123].

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 у 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 (ГСЄП), 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).

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.

Таблиця 5.2

**Розподіл змісту нормативної та варіативної частини ОПШ 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 |

Не менш значимим на першому курсі було 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 вмій з ведення самостійної роботи. Варто зауважити, що на практичних заняттях з цієї дисципліни, обов'язковим елементом навчання є складання студентами портфоліо, що 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. 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» (табл. 5.3).

Таблиця 5.3

Розподіл змісту 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 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.

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).

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).

Таблиця 5.4

**Розподіл змісту нормативної та варіативної частини ОПШ 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 |

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; методичку організації та проведення занять та змагань з більярду; методичку організації та проведення рекреаційних занять з велосипедного та лижного туризму; класифікацію підприємств «SPA» та Wellness»-спрямування; правила та стандарти SPA підприємств; технології складання SPA-програм.

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; організовувати 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; володіти стандартними методиками банно-оздоровчих і масажних технологій, таласотерапії, використання ефірних та жирних олій, володіти технологіями складання SPA- та Wellness-програм; проводити рекреаційні ігри, в т.ч. заняття з більярду, а також з велосипедного та лижного туризму.

Одну з провідних позицій у змісті підготовки майбутніх фітнес-тренерів до застосування рекреаційних технологій займає змістовий модуль «Оздоровчий туризм та орієнтування». Тематичним планом передбачено вивчення I тематичного блоку (24 години): «Технологія розробки анімаційних програм з елементами орієнтування», II тематичного блоку: «Технологія розробки програм туристської анімації» (24 години) та III блоку: «Основи організації екскурсійної діяльності» (10 годин).

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 можливість 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. 5.5).

Таблиця 5.5

Розподіл змісту нормативної та варіативної частини ОПШ підготовки бакалавра з напрямку 6.010203 «Здоров'я людини» (професійне спрямування «Фітнес та рекреація»), IV рік навчання

| Шифр | Назва дисципліни | Кредити ЄКТС |
|---------------------------|---|--------------|
| Нормативна частина | | |
| ГСЄП | 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 |

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.

У таблиці 5.6 наведено фрагмент навчальної програми дисципліни «Професійна майстерність».

Таблиця 5.6

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 |
| 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 портфолію. | - | 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.

У результаті проходження дисципліни «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 праксеологічного компоненту професійної 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 5.7 представлено теми практичних занять зі змістового модуля «Силовий фітнес» (лекції – 8 годин, практичні заняття – 72 години).

Таблиця 5.7

Теми практичних занять змістового блоку «Силовий фітнес»

| № з/п | Назва теми | Обсяг, годин |
|-------|--|--------------|
| 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 та Хатха-йоги. У таблиці 5.8 можна ознайомитися з переліком тем, які передбачено за змістовим модулем «Ментальний фітнес».

Таблиця 5.8

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. Правила техніки безпеки на заняттях за системою Пілатеса. Підбір вправ та правила побудови частини «розминка» в уроці за системою Пілатеса. |
| 6 | Види вправ та правила побудови основної частини уроку за системою Пілатеса. Правила підбору музичного супроводу для занять за системою Пілатеса. Обладнання та інвентар, що використовуються в уроці за системою Пілатеса: Pilates Ring, Pilates Big Ball. |
| 7 | Техніка виконання вправ «Hundred», «One leg stretch», «Double leg stretch», «Scissors», «One leg circle», «Roll up», «Rolling back», «Shoulder bridge», «Spine twist», «Side kick». |
| 8 | Техніка виконання вправ «Side band», «Swimming», «Swan dive», «Leg pull prone», «Push up», «The corkscrew», «Saw», «Single leg kicks», «Double leg kicks». |
| 9 | Техніка виконання вправ «Teasers», «Hip circles», «Rollover», «Rolling like a ball», «Crisscross», «The bicycle», «The leg pull-down», «The leg pull-up», «Mermaid». |
| 10 | Застосування вправ за системою Пілатеса для корекції порушень постави. |
| 11 | Особливості побудови занять за системою Пілатеса із різними групами населення. |
| 12 | Особливості використання системи Пілатеса для професійних спортсменів, артистів балету тощо. |
| 13 | Система Пілатеса для жінок у до- та післяпологовий період. |
| 14 | Методика викладання йоги. Хатха-йога. Комплекс вправ. |
| 15 | Методика викладання йоги. Пранаяма-йога. Комплекс вправ. |

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 5.9 наведено фрагмент модуля з переліком тем практичних занять.

Таблиця 5.9

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 кросфіту (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, черевного 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 [340, 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 [49, 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 [292, 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 [405, с, 131].

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, 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).

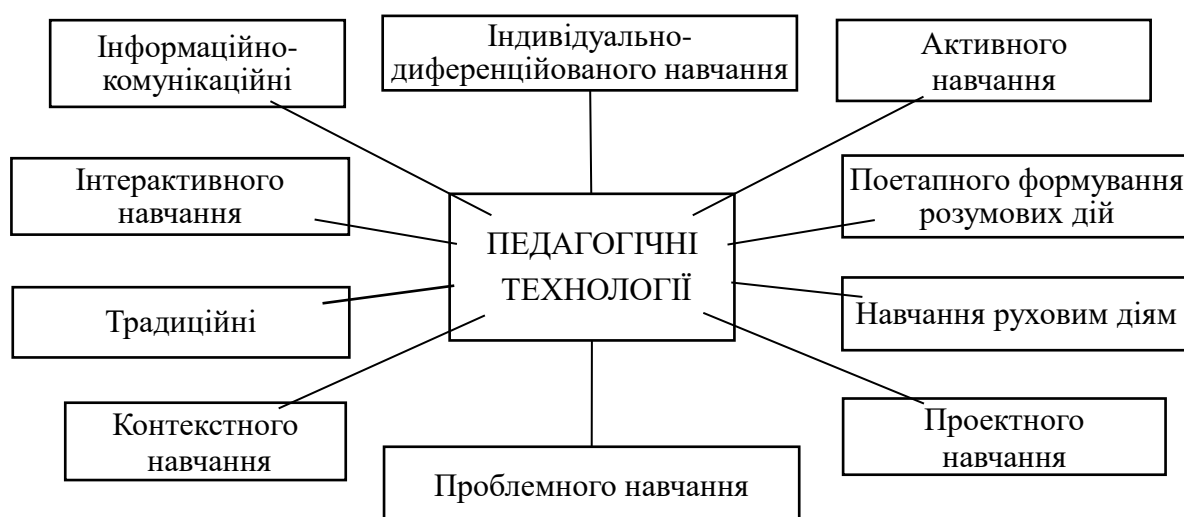


Рис. 5.1. Педагогічні технології, які застосовувалися в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів

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 [256, 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, навчання руховим діям (М. О. Бернштейн, М. М. Боген, Л. С. Виготський, П. Я. Гальперін, Н. Ф. Талізін, 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. 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 [453, с. 6].

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 [105, 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 [453, 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* (І. О. Зимня [198], О. М. Леонтьєв [286], В. В. Серіков [400], С. О. Сисоєва [405], Л. П. Сущенко [430] 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, вчасне оцінювання 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 [444].

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 [341, 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. Докука 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 [163, с. 171]. Така ситуація вимагає з одного боку враховувати ці особливості при проектуванні 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), Web-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» [236, с. 2].

Технологія проблемного навчання (А. М. Алексюк [9], І. Я. Лернер [288] 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.

Такі технології використовувались при викладанні практично всіх теоретичних дисциплін, передбачених начальним планом.

Застосування *технології активного навчання* 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. Ігнат'єва 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 [453, 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. Ігнат'євої. До них віднесено такі: 1) важливість створення в студента

цілісної моделі досліджуваного предметного знання та забезпечення порівняння цієї моделі з вихідною, створеної 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; б) урізноманітнення викладу матеріалу шляхом використання прийомів підтримки й відновлення уваги; 7) врахування емоційного фактора, за рахунок якого продуктивність інтелектуальної праці значно зростає [453, 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. Сисоєва 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 [256, с. 37]. В умовах інтерактивного навчання освітній процес організовується таким чином, що практично всі студенти виявляються залученими в процес пізнання, при цьому кожний 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 [256, с. 37].

При застосуванні інтерактивних освітніх технологій ми дотримувалися таких основних принципів, сформульованих С. О. Сисоєвою: принцип діалогічної взаємодії, принцип кооперації й співробітництва, принцип активно-рольової (ігрової) і тренінгової організації навчання [404, 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» [452, 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 [137, 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) [190, 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 [190, 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 [57].

До класу тренінгових технологій належать ігрові технології.

Ігрові технології 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 [481, 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 [407, 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 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» [115, с. 384].

До засобів інформатизації М. Л. Рябчиков і Д. В. Борисенко відносять електронні посібники, мультимедійні курси, тренажерні комплекси, електронні довідники, відеолекції, вебінари тощо [373, 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» [413, 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 [239].

Доцільність застосування таких технологій зумовлено й тим, що сьогоденні 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, 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 передбачають застосування 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, які забезпечували формування, переважно, праксеологічного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів.

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 [307, 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 [307, 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 [407, 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» [187].

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 (курсіві роботи); дипломне проектування (дипломні роботи); усі види практик [444].

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 [43, 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 [9], З. Курлянд [278] 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).

Під час проведення лекції ми враховували, 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.

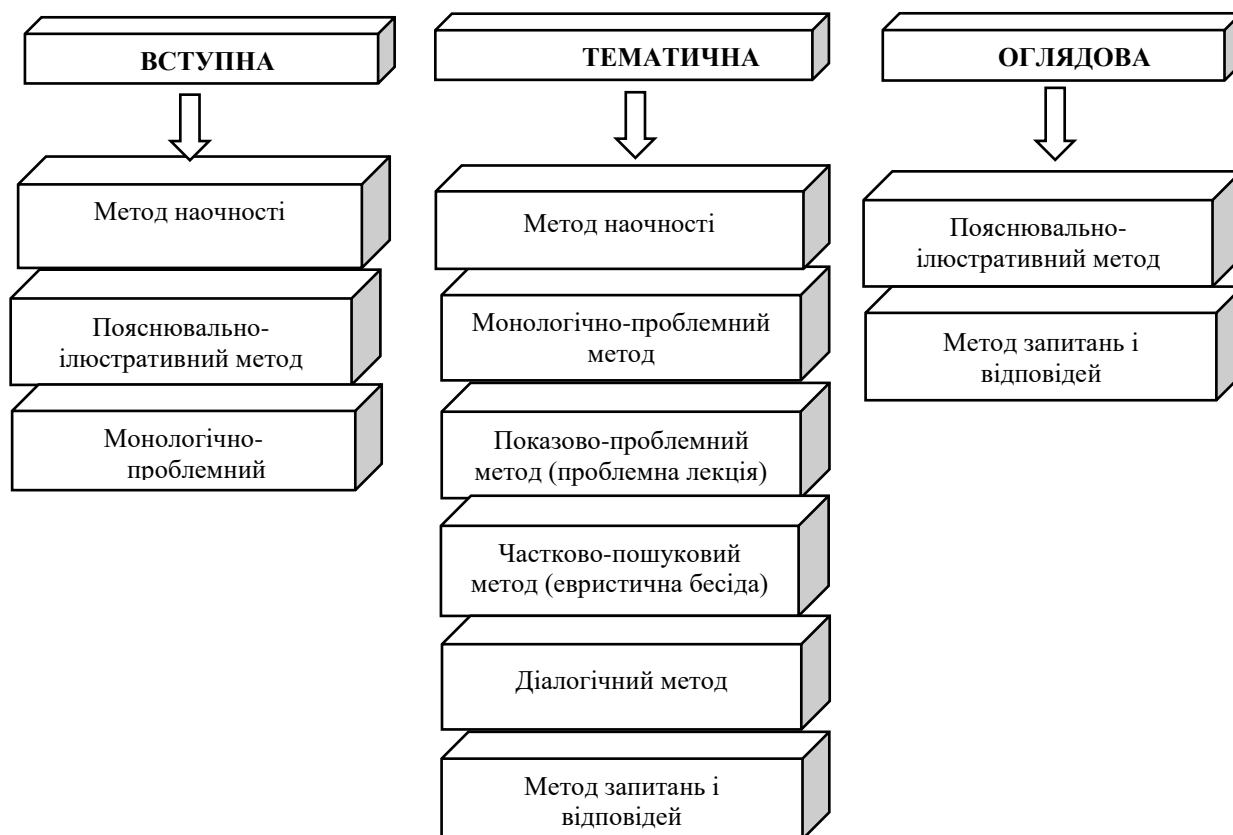


Рис. 5.2. Види лекцій та методи їх викладання в процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти

Так *вступна лекція* передбачала 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 I 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 повідомляв студентам певний обсяг знань, пояснював сутність явищ, процесів, законів, правил із використанням ілюстративного матеріалу; студенти мали свідомо засвоїти пропоновану частку знань і відтворити її на рівні глибокого розуміння, застосувати знання на практиці. У процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів такий метод застосовували для передавання значного масиву фундаментальної інформації, для викладення й засвоєння фактів, підходів, оцінок, висновків.

Монологічно-проблемний метод полягав в поданні навчального матеріалу через розв'язання проблемних ситуацій у монологі педагога, тобто лектор сам висував, розкривав і розв'язував проблемні ситуації. За монологічного проблемного викладу активізація розумової діяльності студентів досягався 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 мали 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 передбачала 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 пояснював методіку 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 [109, с. 168].

Наприклад, на лекції з дисципліни «Професійна майстерність» (тема: «Характеристика професіограми фітнес-тренера») викладач звертався 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 характеризував 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 характеризував перелік професійно-значущих якостей особистості). Таким чином у процесі лекції викладач послідовно розкривав всі складові професіограми фітнес-тренера.

Частково-пошуковий метод передбачав 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, створював проблемну ситуацію, чітко визначаючи проблему й формулюючи висновки, а решту етапів студенти здійснювали самостійно або за допомогою викладача. Такий метод викладання лекції застосовувався за умов невеликої кількості студентів (до 30 осіб).

Варіантом реалізації частково-пошукового методу був *прийом евристичної бесіди*. Т. І. Туркот вказує, що зі словесних методів саме бесіда (а не виклад) дає змогу залучити студентів до активізації мислення [444]. 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 була *лекція з аналізом конкретних ситуацій*. У даному випадку лектор пропонував не запитання, а наводив 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») пропонував 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 спонукав студентів з місця по черзі коротко відповісти на це запитання.

На основі *діалогічного методу* викладали *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, уміння 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 уміннями; 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 вимагала дотримання низки умов: психофізіологічна сумісність викладачів, володіння комунікативними навичками та здатність до імпровізації.

На основі *методу запитань і відповідей* викладали *лекцію-конференцію*. Назвавши тему та репрезентувавши на слайді опорний конспект лекції, викладач просив 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 класифікував запитання за змістом і починає читати лекцію. При цьому, він викладав матеріал не у формі відповідей на кожне запитання окремо, а у формі розкриття теми лекції. Наприкінці лекції викладач підводив 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 полягала в реконструюванні, перекодуванні змісту лекції або її частини у візуальну форму для подання студентам через технічні засоби. Читання лекції-візуалізації зводилась 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 [129, 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 застосовувалася переважно під час підготовки до Державної атестації. Такий вид лекції вимагав 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 [129, 407, 411, 444]:

- *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*. використовуючи цей метод, ми не просто згадуємо про схожість будь-якого явища, а й допомагаємо слухачам зробити аналогічний висновок, який можна сформулювати так: якщо два явища подібні в одному чи кількох аспектах, вони, можливо, схожі в інших. у давньогрецькій мові термін «аналогія» означає відповідність;

- *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-пиктограм, 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 відображати 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) спирання 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 [336, 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 [9]). 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 групою 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 загальноприйнятою, де він сидить окремо від студентів і вони звернені до нього обличчям.

Проведення «круглого столу» передбачала реалізацію трьох технологічних стадій, які є загальноприйнятими у педагогічній практиці. С. В. Сатикова до них відносить такі стадії: підготовчу, дискусійну та аналітичну [381, 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 було 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 було 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 аспекти 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» [444].

Ефективним методом розвитку системного мислення та спеціальних компетентностей 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 [361, 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 [108, 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 [360] щодо етапів роботи із застосуванням метода кейс-стаді (табл. 5.10).

Таблиця 5.10

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 стикуються 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 [361, 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 дозволяло 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, поміркувавши над запитанням, підходять до однієї з чотирьох табличок, розміщених у різних частинах аудиторії: «Абсолютно за»; «Абсолютно проти»; «Переважаю за»; «Переважаю 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 [129, 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 включала 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. 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 зменшуючи значення усіх дисциплін навчального плану підготовки майбутніх фітнес-тренерів у формуванні 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 компетентності 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 [56, 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. Абсаямової, в 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-й 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 [549, с. 81-97].

Отже, підґрунтям для реалізації процесу навчання майбутніх фітнес-тренерів руховим діям були вищевказані підходи та методи. Разом з тим, в 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 проводилося 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 реалізовувалася 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 і т. п.

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 [147], Т. С. Лисицької та Л. В. Сидневої [289]. 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 стопою 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.

Формування дидактично-рухової компетентності фітнес-тренерів здійснювалося методом суворо регламентованої вправи із застосуванням фронтального методу – «учіння через навчання» (Жан-Поль Мартан), 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 напрямками 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 одногрупники покращити власний рівень володіння руховими навичками з напрямів оздоровчого фітнесу та долучитися до корпоративного професійного свята (рис. 5.6).

З метою формування особистісного, а також праксеологічного компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, зокрема виховання 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.



Рис. 5.6. Фрагмент виконання конкурсних завдань Всеукраїнської студентської олімпіади зі спеціальності «Фітнес та рекреація»

Рольові ігри як метод навчання та форма організації передбачав можливість відпрацювання тактики професійної поведінки фітнес-тренера, функцій та обов'язків. Застосування рольових ігор у процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів дозволяло зекономити значну кількість навчального часу, залучити студентів до активного засвоєння матеріалу, значно підвищити мотивацію до вивчення теорії, отримати власний досвід у професійній сфері за рахунок моделювання ігрової ситуації, наближеної до практики, сформувати навички групової роботи. У процесі такої гри для пошуку виходу з конкретної ситуації, студентам пропонувалися ролі, які носили індивідуальний чи груповий характер. Завданням гри було вироблення для виконавця кожної ролі на кожному етапі гри оптимальної стратегії поведінки. У кінці гри викладач організовував 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 із 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 характеризувалась 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: тренінг акторських здібностей (С. В. Гіппіус [127]); сенситивності, креативності (Н. Ю. Хряцова) [466]; педагогічної спостережливості, комунікативної компетенції (К. Рудестам) [366], О. В. Євтихов [175]); тренінг лідерства (М. Ш. Кипнис [233]); самопрезентації, самооцінки та самоідентифікації (В. М. Федорчук [452]). 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 тімбілдингу 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 [375].

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 визначалась 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 домінувала самостійна робота студента. Так, на лекціях студенти повинні були 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 [19]. Досить прогресивними методом конспектування інформації є метод за Mike Rohde [592] та опорних сигналів В. Ф. Шаталова [475]. 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 мала, 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, сформувати 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.

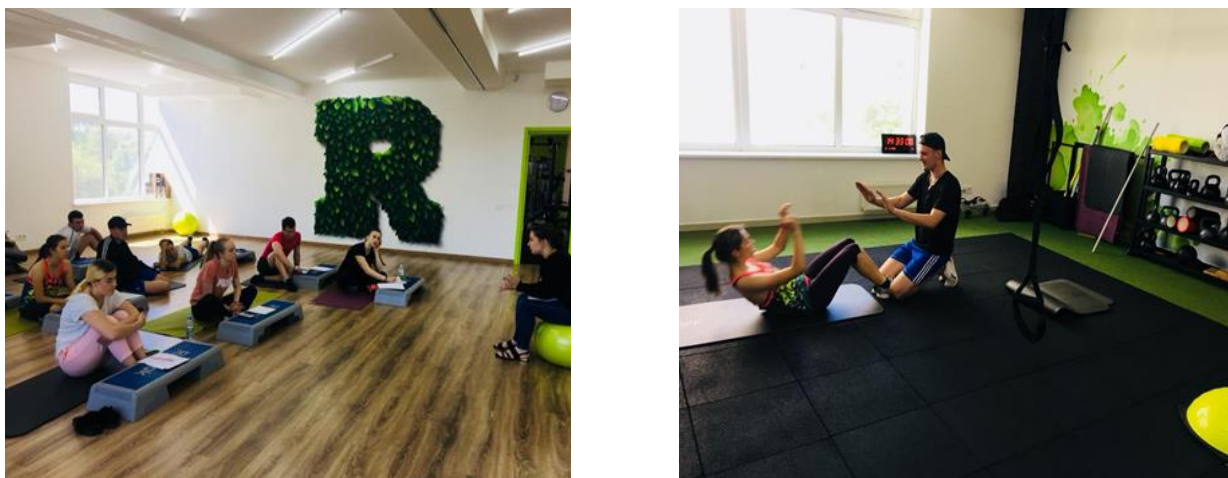


Рис. 5.7. Фрагмент діяльності студентів на ознайомчій практиці

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, контрольної-аналітичної, організаційно-

регулятивної та мотиваційно-комунікативної компетентностей 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 слугував її 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 проектів; організація та участь у фізкультурно-оздоровчих заходах; волонтерська діяльність тощо.

Розглянемо особливості організації певних видів самостійної роботи майбутніх фітнес-тренерів у позааудиторний 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. Сисоєвої [238], D. Gonzalez [551] 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).

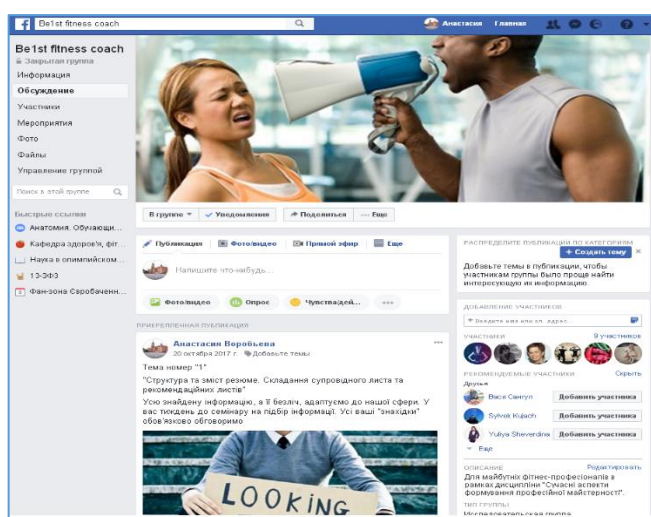


Рис. 5.8. Веб-сторінка навчальної дисципліни «Професійна майстерність»

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 [539]. 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) [587]. 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 [628].

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).

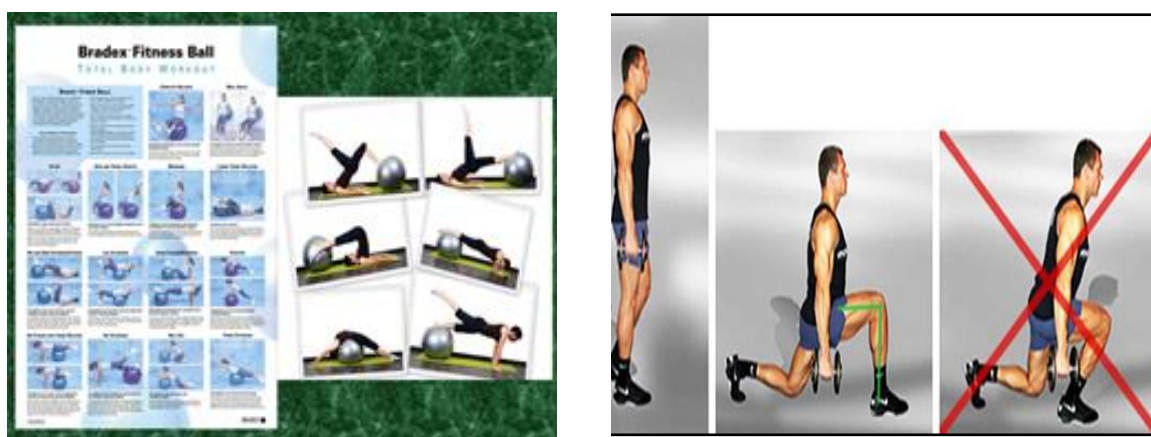


Рис. 5.9 Приклади наочних карток «Техніка правильного виконання вправ»

Фонд відеоматеріалів з дисципліни «Фітнес-технології» охоплює велику за обсягом тематику, серед яких: «Випади. Техніка виконання. Фітнес вдома»

[121]; «Техніка скандинавської ходьби та її помилки» [438]; «Аквааеробіка, глибока вода» [677]; «Уроки Zumba Fitness: базові кроки» [449]; «Пілатес: тренування» [343] 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» [492]; «Aqua Fitness Aqua Aerobics exercise with Marietta Mehanni Noodle shallow pendulum» [493]; «Gimnastica aerobica in acqua» [550]; «Aqua Aerobics with Noodles, Cayman Islands» [576]; «Noodle Core Mix» [578]; «Working with Pool Noodles Fitness Fun» [626]; «Pilates in the water Water Pilates» [578].

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 чиним, щоб по горизонталі й вертикалі виходив ряд певних слів [68, с. 303].

Кросворди складалися 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 [524]; Crossword Forge [525]; «Універсальний генератор кросвордів» [447]; Crossword 1.4 [523]; Crossword Set 1.01 [526];

Decalion 1.2 [529] 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».

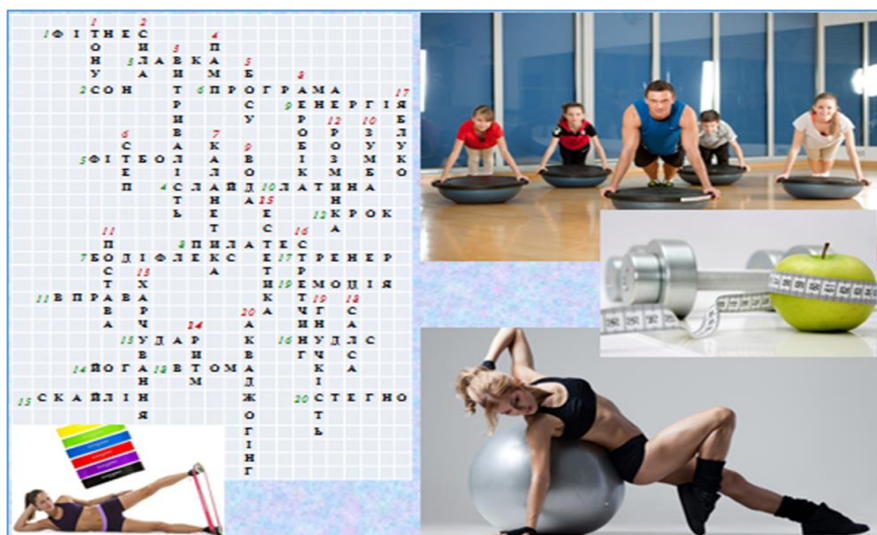


Рис. 5.10. Фрагмент презентації кросворду з дисципліни «Фітнес-технології»

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, атестація здобувачів вищої освіти.

Крім вищевказаних, ми застосовували активні та інтерактивні методи оцінювання досягнень студентів, які будуть розглянуті далі.

Одним із таких методів були короткі перевіірочні 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.

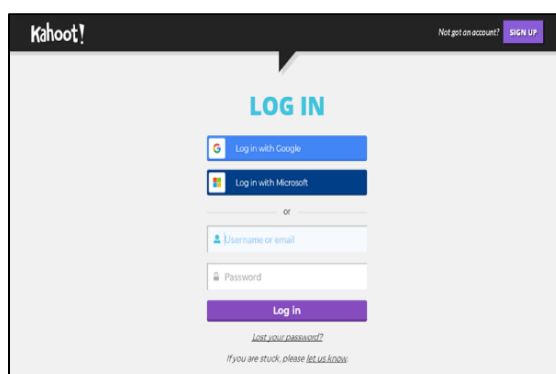


Рис. 5.13. Вікно для реєстрації на сайті Kahoot для створення інтерактивних опитувань

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 однокласників 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 начальних 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 [186] та Т. О. Полковникової [347].

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 товариша про автора і т. п.

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 формування аксіологічного та мотиваційного компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, 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, 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 (рис. 5.14).



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).

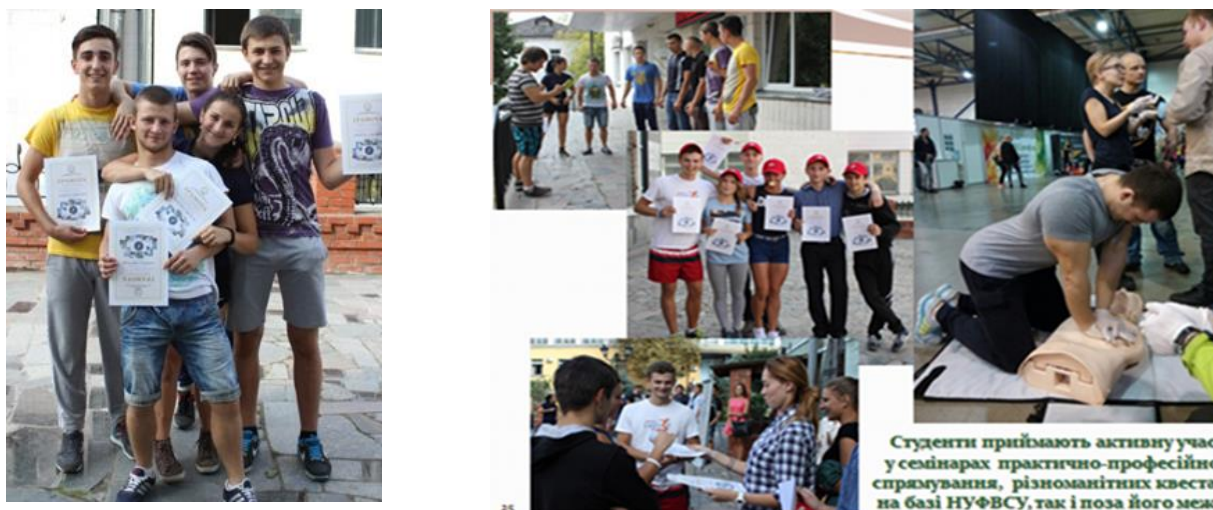


Рис. 5.15. Проведення квесту для першокурсників «Знайомтесь: НУФВСУ»

Волонтерська діяльність також посідала вагомe місце в студентському житті майбутніх фітнес-тренерів. Безкорисна суспільна діяльність сприяла професійному становленню студентів, самовизначенню, саморозвитку та самореалізації, зокрема формуванню мотиваційного, особистісного та аксіологічного компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується у закладах вищої освіти. Так, студенти брали участь у проведенні заходів з метою популяризації серед населення здорового способу життя під егідою організацій «Спорт для всіх», «Пліч-о-Пліч», «Федерація 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 супроводу професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Показано, що в основі освітньо-професійної програми є інтеграція загальнопрофесійної 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, спеціалізація «Фітнес та рекреація»).

Встановлено, що освітня програма підготовки передбачає опанування майбутніми фітнес-тренерами циклу дисциплін гуманітарної та соціально-економічної, природничо-наукової (фундаментальної), загально-професійної та професійної і практичної підготовки. Цикл дисциплін професійної і практичної підготовки становить найбільший відсоток серед загальної кількості кредитів – 45 %. Загальний термін професійної підготовки становить 4 роки, що відповідає 240 кредитам навчального обсягу.

Зазначено, що дисципліни нормативної частини освітньо-професійної програми забезпечують формування загальних та базових компетентностей майбутнього фітнес-тренера, що становлять необхідний оптимум знань, умінь, навичок та особистісних якостей фахівця у сфері фізичної культури і спорту та є базисом для подальшої спеціалізації. Дисципліни варіативної частини освітньо-професійної програми забезпечують формування спеціальних компетентностей фахівця за професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація» (кваліфікація «Фітнес-тренер»). До таких дисциплін належать: «Професійна майстерність» (за професійним спрямуванням), «Фітнес-технології» (змістові модулі: «Аеробіка», «Аквааеробіка», «Силовий фітнес», «Функціональний тренінг», «Ментальний фітнес») та «Рекреаційні технології» (змістові модулі: «Теоретичні основи фізичної рекреації», «СПА-технології», «Оздоровчий туризм та орієнтування», «Похід»).

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. Значимим 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 становить більше половини серед 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.

Охарактеризовано педагогічні технології, що визначали стратегію організації освітнього процесу професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з метою формування професійної компетентності таких фахівців. До таких технологій належать традиційні технології, технологія поетапного формування розумових дій і навчання руховим дій, технологія контекстного, індивідуально-диференційованого, проектного, проблемного, активного та інтерактивного навчання (тренінгові й ігрові технології), а також інформаційно-комунікаційні педагогічні технології.

Організаційні форми дидактичного процесу включали лекції, семінари, практичні заняття, 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, що сприяли розвитку гносеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти: метод наочності, пояснювально-ілюстративний, монологічно-проблемний, показово-проблемний, частково-пошуковий, діалогічний, метод запитань та відповідей. Запропоновано прийоми активізації уваги студентів на лекційних заняттях.

Серед інтерактивних методів проведення семінарських занять застосовувались такі, як: семінар запитань та 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». Вказані методи сприяли формуванню мотиваційного, особистісного та аксіологічного компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти.

Метою практичних занять було формування спеціальних компетентностей майбутніх фітнес-тренерів, що є базовими для формування праксеологічного компонента професійної компетентності фахівців. Зокрема, у ході навчання дисциплін «Професійна майстерність» та «Фітнес-технології» застосовувалися такі види навчальної діяльності: виконання розрахунково-графічних робіт, схем, графіків, розробку фітнес-програм, планів-конспектів уроків тощо; участь у тренінгових програмах щодо формування професійних поведінкових навичок та розвитку професійно важливих особистісних якостей фітнес-тренера («Професійна майстерність»); оволодіння технікою виконання фізичних вправ з різних напрямів оздоровчого фітнесу (аеробіка, аквааеробіка, ментальний

фітнес, силовий фітнес тощо); організаційна діяльність, що передбачала безпосереднє проведення занять за напрямками оздоровчого фітнесу. Описані традиційні та специфічні методи навчання руховим діям з різних напрямів фітнесу, методи ідеомоторного навчання, методи розвитку концентрації та кінестетичних відчуттів за допомогою застосування метафор, візуальних та аудіальних субмодальностей, технік нейролінгвістичного програмування («якоріння»), 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 форми позааудиторної та самостійної роботи, які сприяють формуванню гносеологічного, мотиваційного, праксеологічного та особистісного компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти.

Основні наукові положення розділу викладено в опублікованих працях [71, 74, 76, 77, 82, 88, 89, 123].

РОЗДІЛ 6

ЕФЕКТИВНІСТЬ СИСТЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

6.1. Характеристика рівнів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти

Ефективність системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти визначалася динамікою рівнів сформованості компонентів професійної компетентності студентів контрольної та експериментальної груп за відповідними критеріями. Критерії та показники сформованості компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів подано у розділі 2 (підрозділ 2.2). Для оцінювання нам необхідно з'ясувати якісні характеристики рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти.

Отже, високий рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм вирізняється яскраво вираженим прагненням студента опанувати професійними знаннями й оволодіти навичками; бажанням працювати за фахом «фітнес-тренер» та підвищувати рівень кваліфікації; стійким проявом здатності до самоконтролю у поведінці; високою ініціативністю і наполегливістю у вирішенні поставлених завдань.

Середній рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм характеризується у студента помірним проявом прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками; помірним бажанням працювати за професією «фітнес-тренер» та підвищувати рівень кваліфікації; ситуаційним проявом ініціативності й наполегливості у вирішенні поставлених завдань.

Низький рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм вирізняється несформованістю прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками, нестійкістю у бажанні працювати за професією «фітнес-тренер» й підвищувати рівень кваліфікації; низьким рівнем ініціативності й наполегливості у вирішенні поставлених завдань.

Високий рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смысловим критерієм характеризується чітко вираженим прагненням особистості до самоактуалізації, сформованістю цінностей зрілої особистості, високою потребою у пізнанні, високим рівнем креативності, яскраво вираженою принциповістю, адекватністю самооцінки та контактністю.

Середній рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смысловим критерієм характеризується помірним проявом прагнення до самоактуалізації: опануванням певних цінностей зрілої особистості; помірною потребою у пізнанні; середнім рівнем розвитку креативності; стійкістю вираження принциповості; оптимальною самооцінкою, з тенденцією до її заниження, та помірним проявом контактності.

Низький рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смысловим критерієм характеризується несформованістю прагнення до самоактуалізації та цінностей зрілої особистості; нестійкістю потреби у пізнанні; слабким розвитком креативності; несформованістю принциповості; низькою самооцінкою; нестійкістю прояву контактності.

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 вираженою здатністю 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 реалізувати дослідницькі вміння 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.

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 компетентностями й здатністю самостійно реалізовувати повний обсяг професійних функцій фітнес-тренера, з елементами креативності, несформованістю технічних, методичних й організаційних помилок та ефективними діями у навчальних і реальних ситуаціях.

Середній рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за операційно-технологічним критерієм характеризується вираженими дидактично-руховою, проектувально-конструкторською, контрольної-аналітичною, організаційно-регулятивною, мотиваційно-комунікативною та маркетингово-комерційною компетентностями й здатністю самостійно реалізовувати повний обсяг професійних завдань фітнес-тренера без

елементів креативності, наявністю незначних технічних, методичних та організаційних помилок та ефективними діями у навчальних ситуаціях.

Низький рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера за операційно-технологічним критерієм характеризується фрагментарним проявом дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольної-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної компетентностей; здатністю реалізувати певні професійні функції фітнес-тренера лише з орієнтацією на зразок та допомогу викладача, наявністю грубих технічних, методичних та організаційних помилок при вирішенні навчальних та реальних ситуацій.

Соціально-психологічний критерій сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів відображає ступінь сформованості соціально-психологічних якостей, які є професійно-значимими для ефективної діяльності в сфері оздоровчого фітнесу.

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 конфліктостійкості й толерантності під час конфлікту.

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 нездатністю до емпатії; несформованістю 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 у закладах вищої освіти характеризується яскраво вираженим прагненням до опанування професійних знань та оволодіння навичками; бажанням працювати за фахом «фітнес-тренер» та підвищувати рівень кваліфікації; стійким проявом здатності до самоконтролю у поведінці; високою ініціативністю і наполегливістю у вирішенні поставлених завдань; чітко вираженим прагненням особистості до самоактуалізації: сформованістю цінностей зрілої особистості, високою потребою у пізнанні, високим рівнем креативності, яскраво вираженою принциповістю, адекватністю самооцінки та контактністю; наявністю глибоких, міцних і системних знань з циклу дисциплін професійної підготовки; яскраво вираженою здатністю до реалізації повного обсягу дослідницьких умінь; яскраво вираженою дидактично-руховою, проектувально-конструкторською, контролью-аналітичною, організаційно-регулятивною, мотиваційно-комунікативною та маркетингово-комерційною компетентностями й здатністю самостійно реалізовувати повний обсяг професійних функцій фітнес-тренера з елементами креативності, відсутністю технічних, методичних та організаційних помилок та ефективними діями у навчальних і реальних ситуаціях; стійким проявом емпатійних здібностей, організаторських і комунікативних якостей; яскравим проявом лідерських якостей; демонстрацією конфліктостійкості й толерантності під час конфлікту.

Середній рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти характеризується помірним проявом прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками; помірним бажанням працювати за професією «фітнес-тренер» та підвищувати рівень кваліфікації; ситуативним проявом ініціативності й наполегливості у вирішенні поставлених завдань; помірним проявом прагнення особистості до самоактуалізації: опанування певних цінностей зрілої особистості, помірною потребою у пізнанні; середнім рівнем розвитку креативності; стійкістю вираження принциповості; оптимальною самооцінкою, з тенденцією до її заниження, та помірним проявом контактності; наявністю знань з циклу

дисциплін професійної підготовки; здатністю реалізовувати більшість дослідницьких умінь самостійно, решту – за допомогою викладача; вираженою дидактично-руховою, проектувально-конструкторською, контрольньо-аналітичною, організаційно-регулятивною, мотиваційно-комунікативною та маркетингово-комерційною компетентностями й здатністю самостійно реалізувати повний обсяг професійних завдань фітнес-тренера без елементів креативності, наявністю незначних технічних, методичних та організаційних помилок у навчальних ситуаціях; ситуативним характером прояву емпатії; нестійким характером прояву організаторських, комунікативних та лідерських якостей особистості; помірною конфліктостійкістю.

Низький рівень професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти характеризується несформованістю прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками, відсутністю бажання працювати за професією «фітнес-тренер» й підвищувати рівень кваліфікації; низьким рівнем ініціативності й наполегливості у вирішенні поставлених завдань; несформованістю прагнення особистості до самоактуалізації та цінностей зрілої особистості, нестійкістю потреби у пізнанні; слабким розвитком креативності; несформованістю принциповості; низькою самооцінкою; нестійкістю прояву контактності; фрагментарністю знань з циклу дисциплін професійної підготовки; здатністю реалізувати дослідницькі уміння виключно за допомогою викладача; фрагментарним проявом дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольньо-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної компетентностей; здатністю реалізувати певні професійні функції фітнес-тренера лише з орієнтацією на зразок та допомогу викладача, наявністю грубих технічних, методичних та організаційних помилок у навчальних ситуаціях; нездатністю до емпатії; несформованістю організаторських, комунікативних і лідерських якостей; низьким рівнем конфліктостійкості.

Таким чином, нами охарактеризовано рівні (високий, середній та низький) сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

6.2. Аналіз та узагальнення результатів експериментально-дослідної роботи

У формувальному експерименті брали участь студенти Національного університету фізичного виховання і спорту України (набір 2012, 2013 років), Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (набір 2012, 2013 років), Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (набір 2012, 2013 років). До контрольної групи належали студенти, які за дипломом мали одержати кваліфікацію «фітнес-тренер», але через консервативність навчально-виховного процесу продовжували навчатися за «старими» навчальними планами, які відрізнялись від експериментальної системи професійної підготовки як за структурою, так і за навчально-методичним забезпеченням. До експериментальної групи 1 (ЕГ1) та контрольної групи (КГ1) належали студенти – представники Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова та Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. Експериментальна група 2 (ЕГ2) складалася зі студентів – представників Національного університету фізичного виховання і спорту України. Такий розподіл студентів у ЕГ2 пояснюємо неможливим розподілом на контрольну та експериментальну групу одночасно.

Проаналізуємо результати визначення рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, як за окремими показниками критеріїв, компонентами, так і в цілому.

Так, показниками мотиваційно-вольового критерію сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти слугували такі: 1) прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками, бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати

рівень кваліфікації; 2) здатність до самоконтролю у поведінці, ініціативність й наполегливість у досягненні поставлених завдань.

Розглянемо динаміку результатів експерименту за окремими показниками мотиваційно-вольового критерію.

На початку формувального етапу педагогічного експерименту у студентів контрольної групи (КГ) високий рівень сформованості прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками, бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати рівень кваліфікації зареєстровано у 9 осіб (11,54 %), середній – у 33 особи (42,31 %), низькій – у 36 осіб (46,15 %). В експериментальній групі (ЕГ1) високий рівень показника було виявлено у 8 осіб (10,13 %), середній – у 33 особи (41,77 %), низький – у 38 осіб (48,10 %). Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити висновок, що на початку експерименту в КГ та в ЕГ1 вони не відрізняються (при χ^2 емп = 0,11; χ^2 крит = 5,99), тобто вибірки є однорідними (табл. 6.1).

Таблиця 6.1

Динаміка рівнів сформованості прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками, бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати рівень кваліфікації

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри- кінці | |
|----------|-------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|---------------------------------|------------------------|-------------------------|-------|------------|--|--|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | | |
| Високий | 9 | 11,54 | 16 | 20,51 | 8,97 | 8 | 10,13 | 32 | 40,51 | 30,38 | 13,3* | |
| Середній | 33 | 42,31 | 39 | 50,00 | 7,69 | 33 | 41,77 | 40 | 50,63 | 8,86 | | |
| Низький | 36 | 46,15 | 23 | 29,49 | 16,67 | 38 | 48,10 | 7 | 8,86 | 39,24 | | |
| | χ^2 емп. = 5,32 | | | | | | χ^2 емп. = 35,78* | | | | | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

Наприкінці формувального етапу педагогічного експерименту (табл. 6.1, рис. 6.1) високий рівень сформованості прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками, бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати рівень кваліфікації у студентів КГ зареєстровано у 16 осіб

(20,51 %), середній – у 39 осіб (50 %), низький – у 23 осіб (29,49 %). При цьому динаміка результатів виявилася недостовірною (χ^2 емп. = 5,32).

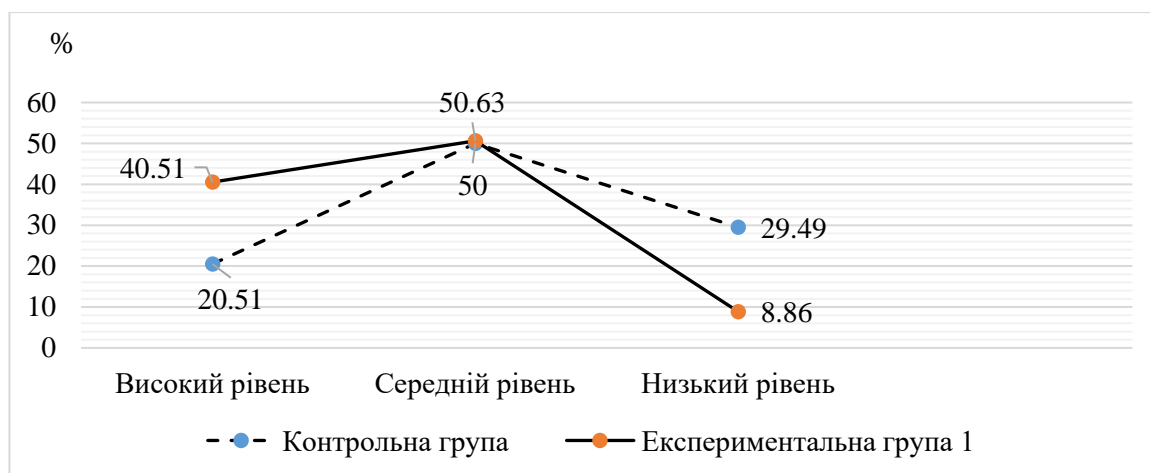


Рис. 6.1. Результат сформованості прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками, бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати рівень кваліфікації наприкінці експериментального дослідження, %

Наприкінці експерименту в ЕГ1 високий рівень прояву показника було виявлено у 32 осіб (40,51 %), середній – у 40 осіб (50,63 %), низький – у 7 осіб (8,86 %). Значення χ^2 емп., яке дорівнює 35,78, свідчить про значний приріст результатів: кількість осіб, які показали високий рівень сформованості прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками, бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати рівень кваліфікації, збільшилося на 30,38 % осіб, середній – на 8,86 % осіб, низький – зменшилося на 39,24 %. Порівняння результатів сформованості прагнення до опанування професійних знань та оволодіння навичками, бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати рівень кваліфікації у КГ і ЕГ1 наприкінці формувального етапу експерименту дало змогу виявити відмінності між цими вибірками, про що свідчить χ^2 емп = 13,37, при χ^2 крит. = 5,99.

На початку формувального етапу педагогічного експерименту у студентів КГ високий рівень здатності до самоконтролю у поведінці, ініціативність й наполегливість у вирішенні поставлених завдань зареєстровано у 4 осіб (5,13 %),

середній – у 27 осіб (34,62 %), низький – у 47 осіб (60,26 %). В ЕГ1 високий рівень прояву показника було виявлено у 5 осіб (6,33 %), середній – у 29 осіб (36,71 %), низький – у 45 осіб (56,96 %) (табл. 6.2).

Таблиця 6.2

Динаміка рівнів сформованості здатності до самоконтролю у поведінці, ініціативність й наполегливість у вирішенні поставлених завдань

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри- кінці | |
|----------|-------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|--------------------------------|------------------------|-------------------------|-------|------------|--|--|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | | |
| Високий | 4 | 5,13 | 8 | 10,26 | 5,13 | 5 | 6,33 | 16 | 20,25 | 13,92 | 9,16* | |
| Середній | 27 | 34,62 | 39 | 50 | 15,38 | 29 | 36,71 | 48 | 60,76 | 24,05 | | |
| Низький | 47 | 60,26 | 31 | 39,74 | 20,52 | 45 | 56,96 | 15 | 18,99 | 37,97 | | |
| | χ^2 емп. = 6,80* | | | | | | χ^2 емп. = 24,17* | | | | | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити висновок, що на початку експерименту в КГ і в ЕГ1 вони не відрізняються (при χ^2 емп. = 0,36; χ^2 крит. = 5,99), тобто вибірки є однорідними (табл. 6.2).

Наприкінці формувального етапу педагогічного експерименту у студентів КГ (табл. 6.2, рис. 6.2) високий рівень здатності до самоконтролю у поведінці, ініціативність й наполегливість у вирішенні поставлених завдань зареєстровано у 8 осіб (10,26 %), середній – у 39 осіб (50 %), низький – у 31 особи (39,74 %).

Це вказує на достовірний приріст результату за трьома рівнями. В ЕГ1 високий рівень прояву показника було виявлено у 16 осіб (20,25 %), середній – у 48 осіб (60,76 %), низький – у 15 осіб (18,99 %), що в цілому також свідчить про достовірне покращення результатів за рівнями (χ^2 емп. = 24,17).

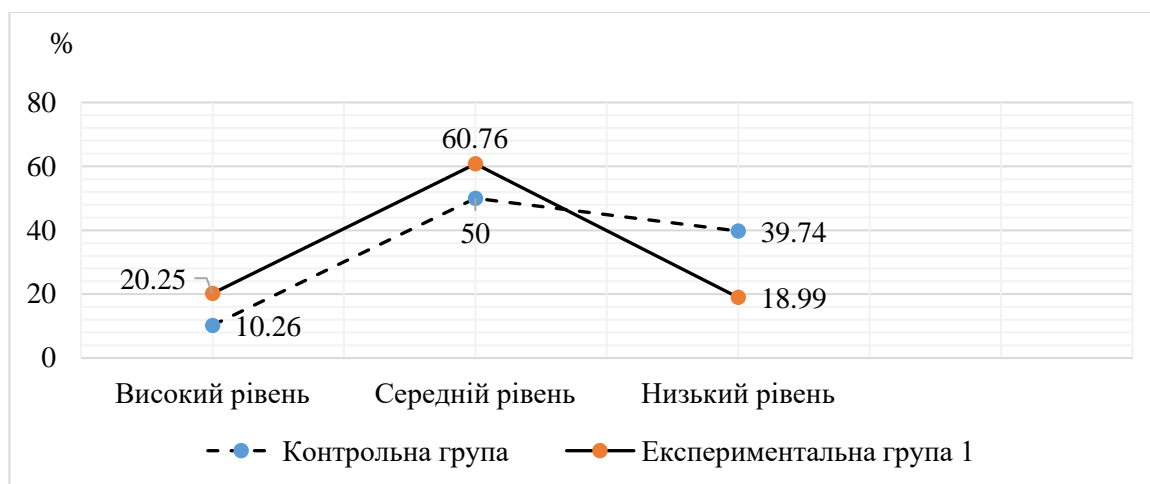


Рис. 6.2. Результат сформованості здатності до самоконтролю у поведінці, ініціативності й наполегливості у вирішенні поставлених завдань наприкінці експериментального дослідження, %

Порівняння результатів прояву показника здатності до самоконтролю у поведінці, ініціативності й наполегливості у вирішенні поставлених завдань наприкінці експериментального дослідження в КГ і ЕГ1 дало змогу виявити відмінності між цими вибірками, про що свідчить χ^2 емп. = 9,16, при цьому приріст результатів у ЕГ1 був значно вищий (рис. 6.2).

Динаміку узагальнених результатів сформованості мотиваційного компонента професійної компетентності за мотиваційно-вольовим критерієм репрезентовано в табл. 6.3.

Таблиця 6.3

Динаміка рівнів сформованості мотиваційного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 наприкінці |
|----------|-------------------------|----------------------------|------------|---------------------------------|----------------------------|------------|--|
| | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | |
| Високий | 8,33 | 15,38 | 7,05 | 8,23 | 29,75 | 21,52 | 10,82* |
| Середній | 38,46 | 50,00 | 11,54 | 39,87 | 56,33 | 16,46 | |
| Низький | 53,21 | 34,62 | 18,59 | 51,90 | 13,92 | 37,97 | |
| | χ^2 емп. = 5,88 | | | χ^2 емп. = 29,16* | | | χ^2 крит. = 5,99 |

Як свідчать дані, зафіксовані у таблиці 6.3, на початку педагогічного експерименту високий рівень сформованості мотиваційного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів констатовано у 8,33 % осіб КГ і у 8,23 % осіб ЕГ1; середній – у 38,46 % осіб КГ і у 39,87 % осіб ЕГ1, низький – у 53,21 % осіб КГ і у 51,90 % осіб ЕГ1. Відповідно до критерію Пірсона вибірки були однорідними (при χ^2 емп. = 0,03; χ^2 крит. = 5,99).

Наприкінці формувального етапу педагогічного експерименту високий рівень сформованості мотиваційного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів констатовано у 15,38 % осіб КГ і у 29,75 % осіб ЕГ1; середній – у 50 % осіб КГ і у 56,33 % осіб ЕГ1, низький – у 34,62 % осіб КГ і у 13,92 % осіб ЕГ1. Зауважимо, що приріст загального результату у КГ був недостовірний (при χ^2 емп. = 5,88; χ^2 крит. = 5,99), а у ЕГ1 – достовірний (χ^2 емп. = 29,16). Наприкінці експериментального дослідження в КГ і ЕГ1 були виявлені відмінності між цими вибірками, про що свідчить χ^2 емп. = 10,82 (рис. 6.3).

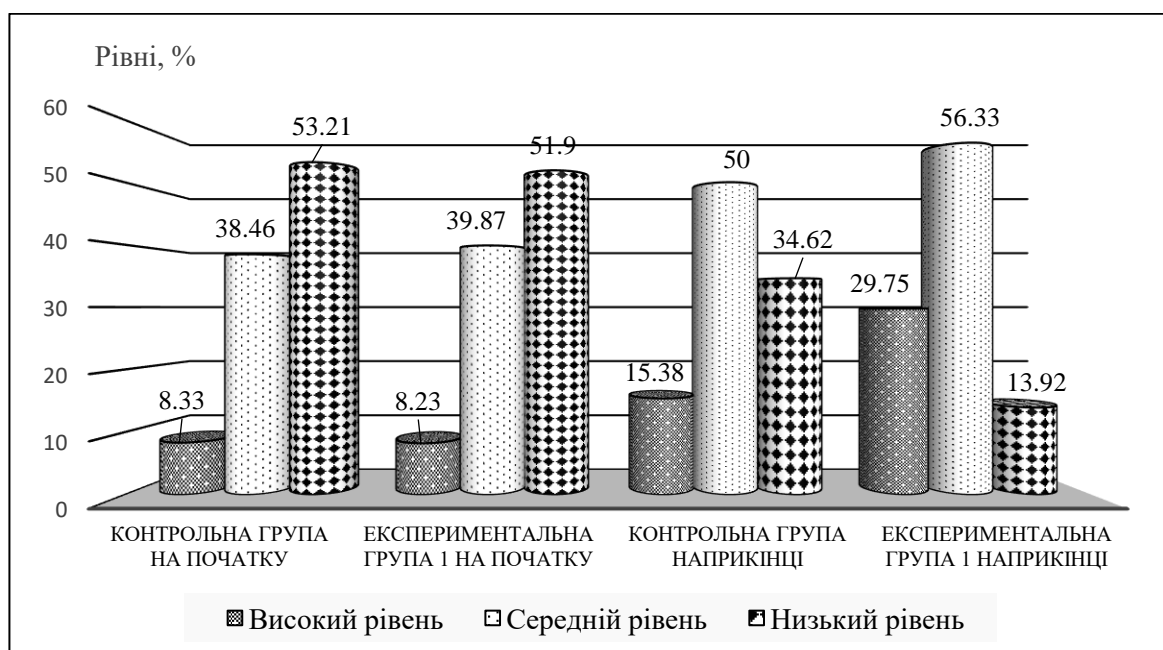


Рис. 6.3. Динаміка рівнів сформованості мотиваційного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм, %

Отже, порівняльний аналіз динаміки рівнів сформованості професійної компетентності мотиваційного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм дозволив визначити такі зміни: динаміка результатів за трьома рівнями у КГ була недостовірною, в ЕГ1 достовірно збільшилась кількість студентів з високим рівнем сформованості цього компонента на 21,52 %; середнім – на 16,46 %; зменшилася кількість студентів з низьким рівнем на 37,97 %. Загалом, отримані дані вказують на достовірно вищий результат сформованості професійної компетентності мотиваційного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у ЕГ1, ніж у КГ.

Більш позитивна динаміка сформованості мотиваційного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів експериментальної групи пов'язана, на нашу думку, з впровадженням в навчально-виховний процес комплексу педагогічних умов, а саме: професійно-мотиваційного середовища, яке передбачало застосування комплексу навчально-виховних заходів, які пов'язують навчальний процес із потребами особистості студента; адаптивність та гнучкість навчального процесу, що передбачало варіативність навчальних дисциплін за вибором, навчальних завдань та форм навчання; оптимальний підбір засобів та методів навчання; взаємодія закладу вищої освіти та підприємств ринку фітнес-послуг, що сприяло формуванню професійної спрямованості особистості студентів.

Проаналізуємо динаміку показників, що характеризують сформованість аксіологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смысловим критерієм. За цим критерієм визначався рівень прагнення особистості до самоактуалізації (цінності зрілої особистості, потреба у пізнанні, креативність, принципиальність, самооцінка, контактність).

На початку педагогічного експерименту у студентів КГ високий рівень прагнення особистості до самоактуалізації зареєстровано у 3 осіб (3,85 %), середній – у 23 осіб (29,49 %), низький – у 52 осіб (66,67 %). В ЕГ1 високий рівень прояву показника було виявлено у 4 осіб (5,06%), середній – у 25 осіб (31,65 %),

низький – у 50 осіб (63,29 %). Порівняння значень по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити висновок, що до експерименту в КГ і в ЕГ1 не виявлено істотної відмінності (при χ^2 емп. = 0,26; χ^2 крит. = 5,99), що свідчить про однорідність груп (табл. 6.4).

Таблиця 6.4

Динаміка рівнів сформованості аксіологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смысловим критерієм

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри- кінці |
|----------|-------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|---------------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|--|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 3 | 3,85 | 6 | 7,69 | 3,85 | 4 | 5,06 | 11 | 13,92 | 8,86 | 7,14* |
| Середній | 23 | 29,49 | 28 | 35,90 | 6,41 | 25 | 31,65 | 40 | 50,63 | 18,99 | |
| Низький | 52 | 66,67 | 44 | 56,41 | 10,26 | 50 | 63,29 | 28 | 35,44 | 27,85 | |
| | χ^2 емп. = 2,16 | | | | | χ^2 емп. = 12,93* | | | | | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

Результати наприкінцевого зрізу педагогічного експерименту дозволили відзначити тенденцію до позитивної динаміки результатів за ціннісно-смысловим критерієм у майбутніх фітнес-тренерів в обох групах: у КГ спостерігається недостовірний приріст результату (χ^2 емп. = 2,16); в ЕГ1 – достовірний (χ^2 емп. = 12,93). Так, в ЕГ1 – кількість осіб, які мають високий рівень прагнення особистості до самоактуалізації зростає на 8,86 %, середній – на 18,99 %; зменшилася кількість студентів з низьким рівнем на 27,85 % (табл. 6.4, рис. 6.4).

Загалом, отримані дані вказують на достовірно вищий результат сформованості професійної компетентності аксіологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у ЕГ1, ніж у КГ.

Такий позитивний результат у студентів ЕГ1, на нашу думку, можна пояснити організацією навчально-виховного процесу спрямованого на розвиток у студентів рефлексії, здатності до самостійного прийняття рішень, до

самовизначення та цілепокладання, наданню допомоги у визначенні шляхів професійного розвитку.

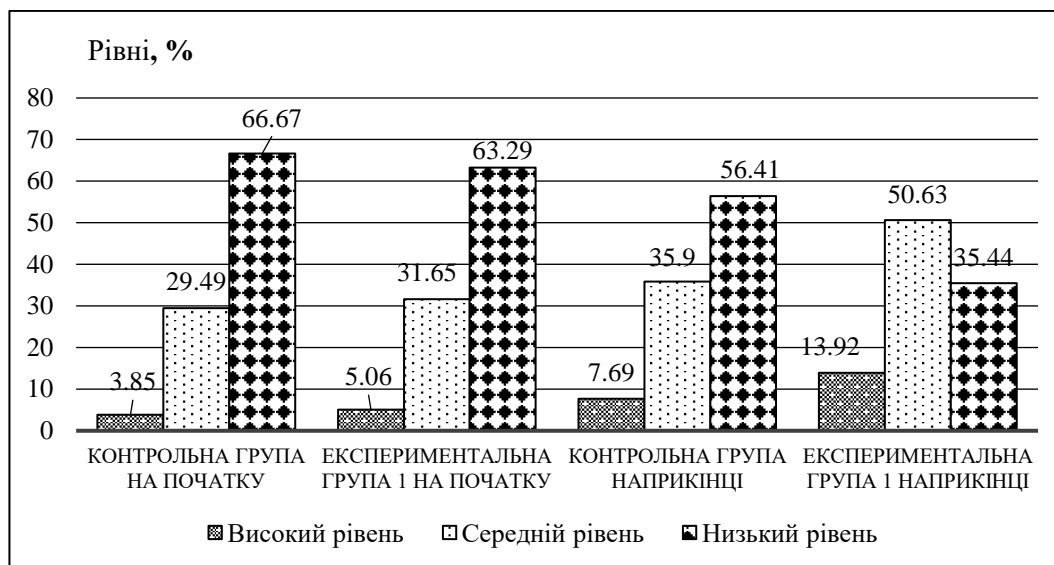


Рис. 6.4. Динаміка рівнів сформованості аксіологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за ціннісно-смісловим критерієм, %

Разом з тим, впровадження виховних заходів, командоутворюючих заходів, ефективної роботи кураторів, волонтерської роботи сприяли формуванню цінностей етичного порядку (чесність, порядність, доброта, непримиренність до недоліків), міжособистісного спілкування (вихованість, життєрадісність, чуйність) та цінностей професійної самореалізації.

Критерієм сформованості гносеологічного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, який піддавався аналізу, був когнітивно-інтелектуальний. Він оцінювався за показниками рівня засвоєння системи знань із циклу дисциплін професійної підготовки та здатності до реалізації дослідницьких умінь. Проаналізуємо одержані результати окремо за кожним показником.

На початок педагогічного експерименту у студентів як КГ, так й ЕГ1 високий рівень засвоєння системи знань із циклу дисциплін професійної підготовки був відсутній; середній рівень у КГ спостерігався у 8 осіб (10,26 %) і в ЕГ1 – у 10 осіб (12,66 %); низький рівень у КГ спостерігався у 70 осіб (89,74 %)

і в ЕГ1 – у 69 осіб (87,34 %). Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити висновок, що до експерименту в КГ і в ЕГ1 не виявлено істотної відмінності (при χ^2 емп. = 0,22; χ^2 крит. = 3,84), що свідчить про однорідність груп (табл. 6.5, рис. 6.5).

Таблиця 6.5

Динаміка рівнів засвоєння знань із циклу дисциплін професійної підготовки

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ–ЕГ1 наприкінці |
|----------|--|-------|-------------------------|-------|------------|--|-------|-------------------------|-------|------------|---------------------------------|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 0 | 0 | 4 | 5,13 | 5,13 | 0 | 0,00 | 8 | 10,13 | 10,13 | 48,11 |
| Середній | 8 | 10,26 | 22 | 28,21 | 17,95 | 10 | 12,66 | 61 | 77,22 | 64,56 | |
| Низький | 70 | 89,74 | 52 | 66,67 | 23,08 | 69 | 87,34 | 10 | 12,66 | 74,68 | |
| | χ^2 емп. = 13,19 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 емп. = 88,70 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Наприкінці педагогічного експерименту спостерігався достовірний приріст результатів в обох групах: високий рівень засвоєння знань із циклу дисциплін професійної підготовки у КГ мали 4 особи (5,13 %) і в ЕГ1 – 8 осіб (10,13 %); середній рівень у КГ спостерігався у 22 осіб (28,21 %) і в ЕГ1 – у 61 особи (77,22 %); низький рівень у студентів КГ залишався у 52 особи (66,67%) і в ЕГ1 – у 10 осіб (12,66 %).

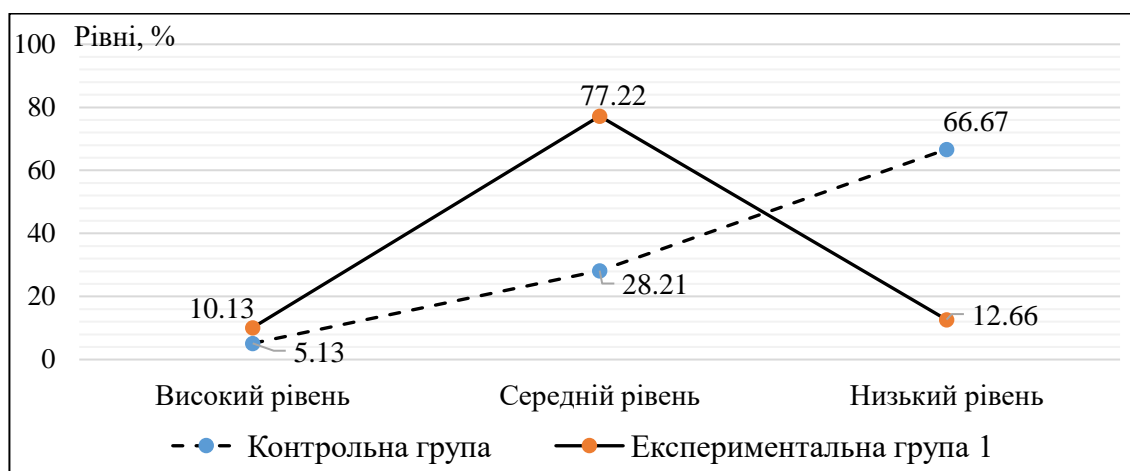


Рис. 6.5. Результат засвоєння знань із циклу дисциплін професійної підготовки наприкінці експериментального дослідження, %

Оцінювання здатності студентів до реалізації дослідницьких умінь показало, що на початку педагогічного експерименту у КГ й ЕГ1 високий рівень прояву цього показника не спостерігався; середній рівень у КГ був зафіксований у 16 осіб (20,51 %) і в ЕГ1 у 19 осіб (24,05 %); низький рівень у КГ – у 62 осіб (79,49 %) і в ЕГ1 – у 60 осіб (75,95 %). Визначення вірогідності статистичних даних результатів на початку експерименту свідчить про відсутність істотних відмінностей між КГ і ЕГ1 (χ^2 емп. = 0,28; χ^2 крит. = 3,84) (табл. 6.6).

Таблиця 6.6

Динаміка рівнів здатності до реалізації дослідницьких умінь

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри- кінці |
|----------|--|-------|-------------------------|-------|------------|--|-------|-------------------------|-------|------------|--|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 0 | 0,00 | 8 | 10,26 | 10,26 | 0 | 0,00 | 16 | 20,25 | 20,25 | 15,56 |
| Середній | 16 | 20,51 | 31 | 39,74 | 19,23 | 19 | 24,05 | 47 | 59,49 | 35,44 | |
| Низький | 62 | 79,49 | 39 | 50 | 29,49 | 60 | 75,95 | 16 | 20,25 | 55,70 | |
| | χ^2 емп. = 18,02 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 емп. = 53,35 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Наприкінці педагогічного експерименту динаміка рівнів даного показника у групах була такою: спостерігається достовірне збільшення кількості студентів, які мають високий рівень здатності до реалізації дослідницьких умінь у КГ на 10,26 % і в ЕГ1 на 20,25 %; достовірне збільшення кількості студентів, які мають середній рівень здатності до реалізації дослідницьких умінь, у КГ на 19,23 % і в ЕГ1 на 35,44 %; достовірне зменшення кількості студентів, які мають низький рівень здатності до реалізації дослідницьких умінь, у КГ на 29,49 % і в ЕГ1 на 55,70 % (табл. 6.6, рис. 6.6).

Наприкінці педагогічного експерименту спостерігалась статистично достовірна відмінність значень в ЕГ у порівнянні с КГ1 щодо позитивної динаміки кількості студентів за трьома рівнями, про що свідчить значення критерію Пірсона: χ^2 емп. = 15,56; χ^2 крит. = 5,99 (рис. 6.6).

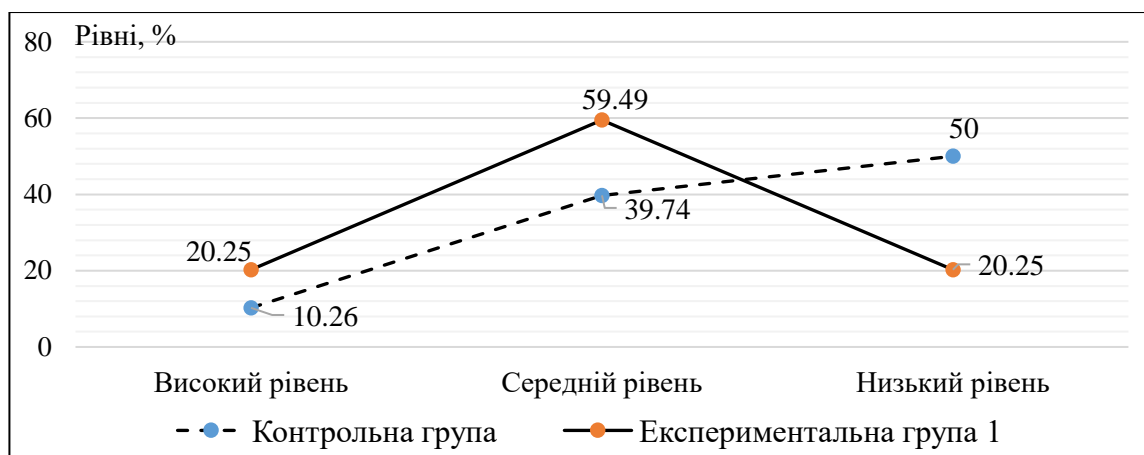


Рис. 6.6. Рівні здатності до реалізації дослідницьких умінь наприкінці експерименту, %

Аналіз динаміки сформованості гносеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за когнітивно-інтелектуальним критерієм репрезентовано у таблиці 6.7.

Як свідчать дані, представлені в таблиці 6.7, на початку педагогічного експерименту високий рівень сформованості гносеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за когнітивно-інтелектуальним критерієм у КГ і ЕГ1 не було зареєстровано; середній рівень зареєстровано у КГ у 15,38 % осіб і в ЕГ1 – у 18,35 %; низький рівень у КГ – у 84,62 % осіб і в ЕГ1 – у 81,65 %.

Таблиця 6.7

Динаміка рівнів сформованості гносеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за когнітивно-інтелектуальним критерієм

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 наприкінці |
|----------|---|----------------------------|------------|--|----------------------------|------------|--|
| | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | |
| Високий | 0,00 | 7,69 | 7,69 | 0,00 | 15,19 | 15,19 | 29,44 |
| Середній | 15,38 | 33,97 | 18,59 | 18,35 | 68,35 | 50,00 | |
| Низький | 84,62 | 58,33 | 26,28 | 81,65 | 16,46 | 65,19 | |
| | χ^2 емп. = 15,23 (χ^2 кр. = 3,84) | | | χ^2 емп. = 69 (χ^2 кр. = 3,84) | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Визначення вірогідності статистичних даних результатів на початку експерименту свідчить про відсутність істотних відмінностей між КГ1 і ЕГ (χ^2 емп. = 0,25; χ^2 крит. = 3,84).

Наприкінці педагогічного експерименту спостерігався достовірний приріст результатів в обох групах: у КГ спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень сформованості гносеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за когнітивно-інтелектуальним критерієм, що склало 7,69 %, а в ЕГ1 – 15,19 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ склало 18,59 %, а в ЕГ1 – 50,00 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за когнітивно-інтелектуальним критерієм, у КГ склало 26,28 %, а в ЕГ1 – 65,19 % (рис. 6.7).

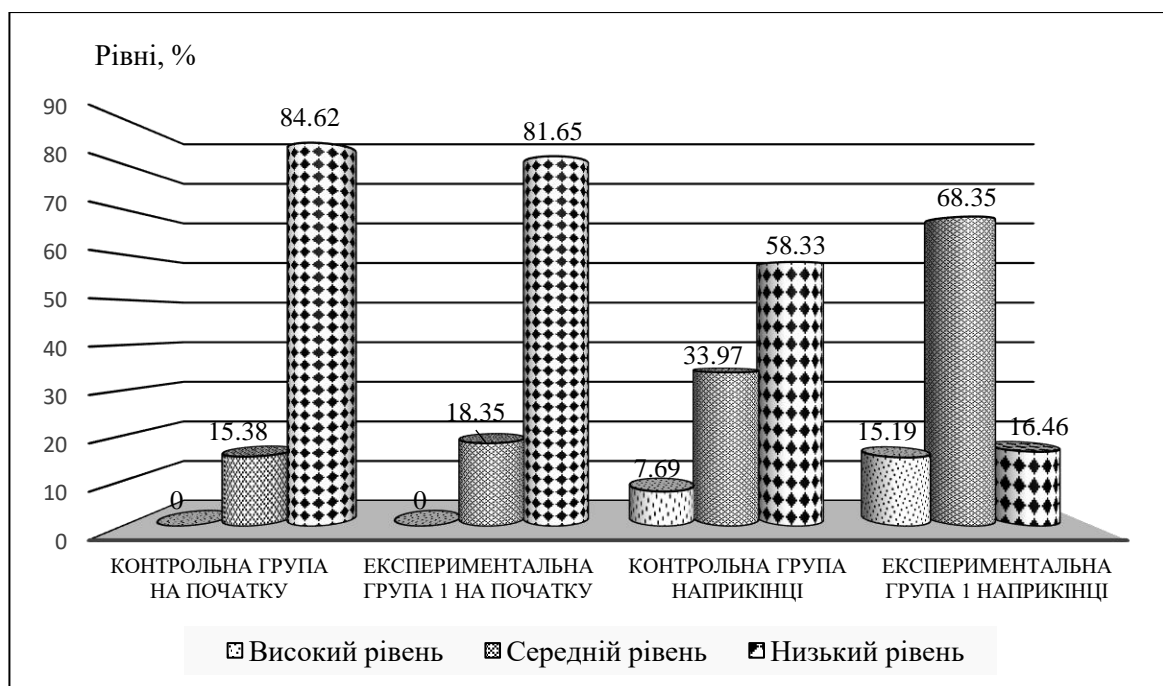


Рис. 6.7. Динаміка рівнів сформованості гносеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за когнітивно-інтелектуальним критерієм, %

Порівняльний аналіз динаміки результатів в обох групах показав, що в ЕГ1 приріст значень за трьома рівнями був достовірно вищий, ніж у КГ, про що свідчить значення критерію Пірсона: χ^2 емп. = 29,44 (табл. 6.7, рис. 6.7).

Вважаємо, що більш високому рівню сформованості гносеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів сприяли введення у навчальний план циклу навчальних дисциплін, які забезпечували засвоєння комплексу знань з напрямів фітнесу, розвиток у студентів дослідницьких навичок; застосування інтерактивних педагогічних технологій, методів активізації та підтримки уваги, дискусії, кейс-методу, інформаційних технологій, інноваційних методів контролю знань тощо.

Наступним критерієм, який піддавався аналізу, був операційно-технологічний. Його показниками були сформованість дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольної-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної компетентностей. Проаналізуємо отримані в ході дослідження результати за окремими компетентностями, які в сукупності складають праксеологічний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів.

Так, на початку експерименту високий рівень володіння студентами дидактично-руховою компетентністю у КГ і в ЕГ1 не було зафіксовано (табл. 6.8).

Таблиця 6.8

Динаміка рівнів сформованості дидактично-рухової компетентності

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | | |
|----------|---|-------|-------------------------|-------|------------|--|-------|-------------------------|-------|------------|---|---------------------|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 наприкінці | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | | |
| Високий | 0 | 0,00 | 5 | 6,41 | 6,41 | 0 | 0,00 | 20 | 25,32 | 25,32 | 10,90* | |
| Середній | 15 | 19,23 | 21 | 26,92 | 7,69 | 11 | 13,92 | 14 | 17,72 | 3,80 | | |
| Низький | 63 | 80,77 | 52 | 66,67 | 14,10 | 68 | 86,08 | 45 | 56,96 | 29,11 | | |
| | χ^2 емп. = 7,06 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 емп. = 25,05 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Середній рівень у КГ спостерігався у 15 осіб (19,23 %) і в ЕГ1 – у 11 осіб (13,92 %); низький рівень у КГ – у 63 осіб (80,77 %) і в ЕГ1 – у 68 осіб (86,08 %). Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити

висновок, що до експерименту в КГ і в ЕГ1 не виявлено істотної відмінності за цим показником (при χ^2 емп. = 0,80; χ^2 крит. = 3,84), що свідчить про однорідність груп.

Наприкінці педагогічного експерименту у КГ і в ЕГ1 зафіксовано достовірний приріст результату сформованості дидактично-рухової компетентності. Так, спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень у КГ, на 6,41 % і в ЕГ1 – на 25,32 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень, у КГ – на 7,69 % і в ЕГ1 – на 3,80 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень, у КГ – на 14,10 % і в ЕГ1 – на 29,11 %.

Разом з тим, спостерігалась статистично достовірна відмінність значень в ЕГ1 у порівнянні с КГ щодо позитивної динаміки кількості студентів за трьома рівнями, про що свідчить значення критерію Пірсона: χ^2 емп. = 10,90; χ^2 крит. = 3,84 (рис. 6.8).

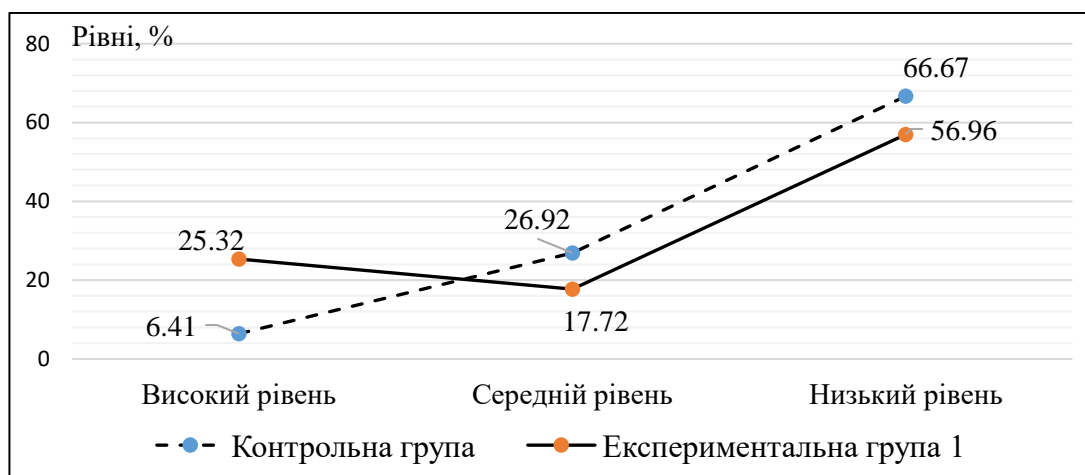


Рис. 6.8. Рівні сформованості дидактично-рухової компетентності наприкінці експерименту, %

Аналіз рівнів володіння студентами проектувально-конструкторською компетентністю показав, що на початку експерименту високий рівень в обох групах не було зафіксовано. Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити висновок, що до експерименту в КГ і в ЕГ1 не виявлено істотної відмінності за цим показником (при χ^2 емп. = 0,17; χ^2 крит. = 3,84), що свідчить про однорідність груп (табл. 6.9).

Таблиця 6.9

Динаміка рівнів сформованості проектувально-конструкторської компетентності

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ-ЕГ1 наприкінці |
|----------|--|-------|-------------------------|-------|------------|--|-------|-------------------------|-------|------------|---------------------------------------|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 0 | 0,00 | 17 | 21,79 | 21,79 | 0 | 0,00 | 34 | 43,04 | 43,04 | 8,18* |
| Середній | 21 | 26,92 | 18 | 23,08 | 3,85 | 19 | 24,05 | 12 | 15,19 | 8,86 | |
| Низький | 57 | 73,08 | 43 | 55,13 | 17,95 | 60 | 75,95 | 33 | 41,77 | 34,18 | |
| | χ^2 емп. = 19,20 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 емп. = 43,43 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Наприкінці педагогічного експерименту у КГ і в ЕГ1 зафіксовано достовірний приріст результату сформованості проектувально-конструкторської компетентності. Так, спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень у КГ на 21,79 % і в ЕГ1 – на 43,04 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ на 3,85 % і в ЕГ1 – на 8,86 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень у КГ на 17,95 % і в ЕГ1 – на 34,18%.

Разом з тим, спостерігалась статистично достовірна відмінність значень в ЕГ1 у порівнянні с КГ щодо позитивної динаміки кількості студентів за трьома рівнями, про що свідчить значення критерію Пірсона: χ^2 емп. = 8,18; χ^2 крит. = 5,99 (табл. 6.9, рис. 6.9).

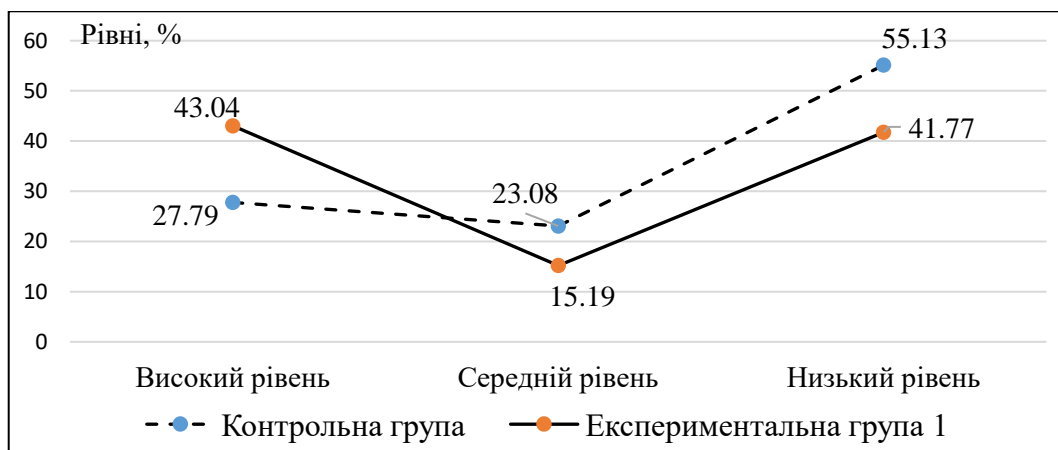


Рис. 6.9. Рівні сформованості проектувально-конструкторської компетентності наприкінці експерименту, %

Проаналізуємо динаміку результатів за рівнями сформованості контрольної-аналітичної компетентності.

На початку експерименту високий рівень у КГ і в ЕГ1 не було зафіксовано. Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити висновок, що до експерименту в КГ і в ЕГ1 не виявлено істотної відмінності за цим показником (при χ^2 емп. = 0,25; χ^2 крит. = 3,84), що свідчить про однорідність груп (табл. 6.10).

Таблиця 6.10

Динаміка рівнів сформованості контрольної-аналітичної компетентності

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри- кінці |
|----------|--|-------|-------------------------|-------|------------|--|-------|-------------------------|-------|------------|--|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 0 | 0,00 | 24 | 30,77 | 30,77 | 0 | 0,00 | 40 | 50,63 | 50,63 | 13,47 |
| Середній | 7 | 8,97 | 4 | 5,13 | 3,85 | 9 | 11,39 | 11 | 13,92 | 2,53 | |
| Низький | 71 | 91,03 | 50 | 64,10 | 26,92 | 70 | 88,61 | 28 | 35,44 | 53,16 | |
| | χ^2 емп. = 28,47 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 емп. = 58,21 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Наприкінці педагогічного експерименту у КГ і в ЕГ1 зафіксовано достовірний приріст результату сформованості контрольної-аналітичної компетентності. Так, спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень у КГ на 30,77 % і в ЕГ1 – на 50,63 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ на 3,85 % і в ЕГ1 – на 2,53 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень у КГ на 26,92% і в ЕГ1 – на 53,16 %.

Разом з тим, спостерігалась статистично достовірна відмінність значень в ЕГ1 у порівнянні с КГ щодо позитивної динаміки кількості студентів за трьома рівнями, про що свідчить значення критерію Пірсона: χ^2 емп. = 13,47; χ^2 крит. = 5,99 (табл. 6.10, рис. 6.10).

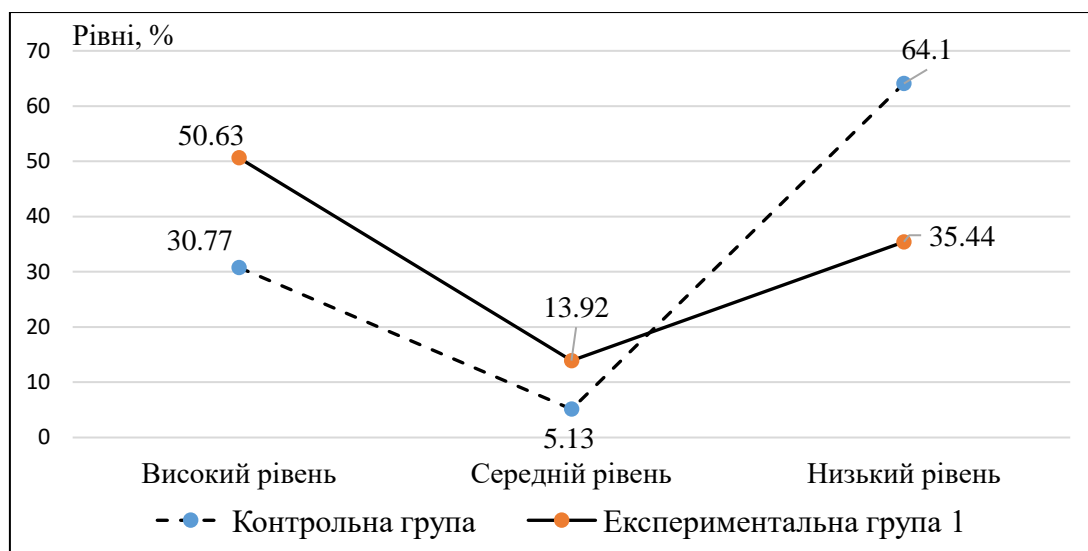


Рис. 6.10. Рівні сформованості контрольно-аналітичної компетентності наприкінці експерименту, %

Аналіз сформованості організаційно-регулятивної компетентності на початку експерименту показав, що високий рівень у КГ і в ЕГ1 не було зафіксовано. Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити висновок, що до експерименту в КГ і в ЕГ1 не виявлено істотної відмінності за цим показником (при χ^2 емп. = 0,95; χ^2 крит. = 3,84), що свідчить про однорідність груп (табл. 6.11).

Таблиця 6.11

Динаміка рівнів сформованості організаційно-регулятивної компетентності

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 наприкінці |
|----------|--|-------|-------------------------|-------|------------|--|-------|-------------------------|-------|------------|---|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 0 | 0,00 | 25 | 32,05 | 32,05 | 0 | 0,00 | 48 | 60,76 | 60,76 | 7,21* |
| Середній | 7 | 8,97 | 23 | 29,49 | 20,51 | 11 | 13,92 | 20 | 25,32 | 11,39 | |
| Низький | 71 | 91,03 | 30 | 38,46 | 52,56 | 68 | 86,08 | 11 | 13,92 | 72,15 | |
| | χ^2 емп. = 50,19 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 емп. = 91,75 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Наприкінці педагогічного експерименту у КГ і в ЕГ1 зафіксовано достовірний приріст результату сформованості організаційно-регулятивної компетентності. Так, спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень у КГ на 32,05 % і в ЕГ1 – на 60,76 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ на 29,49% і в ЕГ1 – на 11,39 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень у КГ на 52,56 % і в ЕГ1 – на 72,15 % (табл. 6.11, рис. 6.11).

Порівняльний аналіз приросту результатів після експерименту в обох групах свідчить, що в ЕГ1 у порівнянні с КГ наявна більш позитивна динаміка кількості студентів за трьома рівнями, про що свідчить значення критерію Пірсона: χ^2 емп. = 7,21 (табл. 6.11, рис. 6.11).

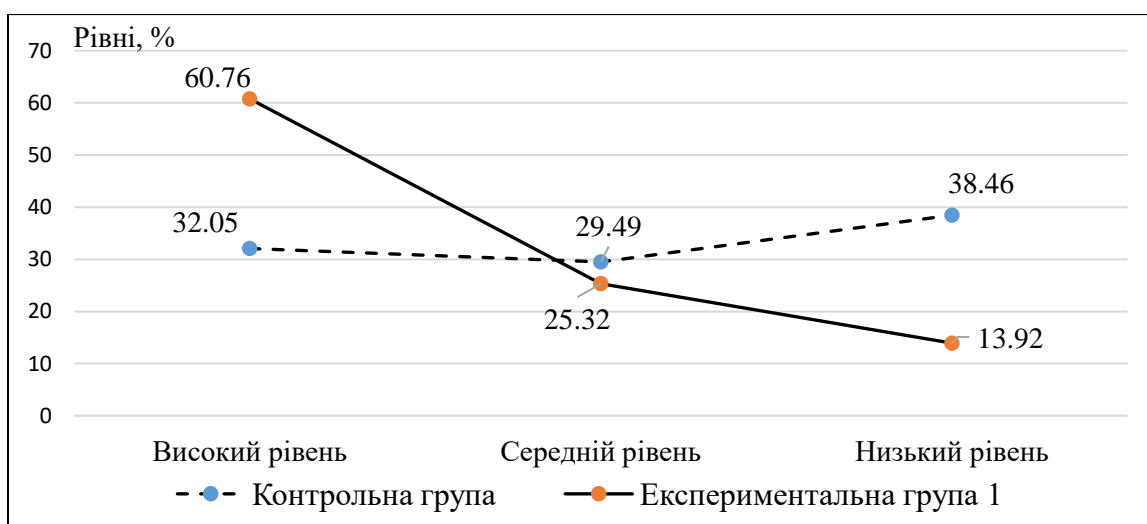


Рис. 6.11. Рівні сформованості організаційно-регулятивної компетентності наприкінці експерименту, %

Щодо сформованості мотиваційно-комунікативної компетентності на початку експерименту, високий рівень у КГ і в ЕГ1 не було виявлено. Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, маємо змогу зробити висновок, що до експерименту в КГ і в ЕГ1 не визначено істотної відмінності за цим показником (при χ^2 емп. = 0,03; χ^2 крит. = 3,84), що свідчить про однорідність груп (табл. 6.12).

Таблиця 6.12

**Динаміка рівнів сформованості мотиваційно-комунікативної
компетентності**

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри- кінці |
|----------|--|-------|---------------------------------|-------|------------|--|-------|---------------------------------|-------|------------|--|
| | Початок експери- менту | | Наприкінці експери- менту | | Різниця, % | Початок експери- менту | | Наприкінці експери- менту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 0 | 0,00 | 12 | 15,38 | 15,38 | 0 | 0,00 | 29 | 36,71 | 36,71 | 10,16 |
| Середній | 12 | 15,38 | 17 | 21,79 | 6,41 | 13 | 16,46 | 17 | 21,52 | 5,06 | |
| Низький | 66 | 84,62 | 49 | 62,82 | 21,79 | 66 | 83,54 | 33 | 41,77 | 41,77 | |
| | χ^2 емп. = 15,38 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 емп. = 40,54 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Наприкінці педагогічного експерименту в обох групах зафіксовано достовірний приріст результату сформованості мотиваційно-комунікативної компетентності. Так, спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень у КГ на 15,38 % і в ЕГ1 – на 36,71 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ на 6,41 % і в ЕГ1 – на 5,06 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень у КГ на 21,79 % і в ЕГ1 – на 41,77 % (табл. 6.12, рис. 6.12).

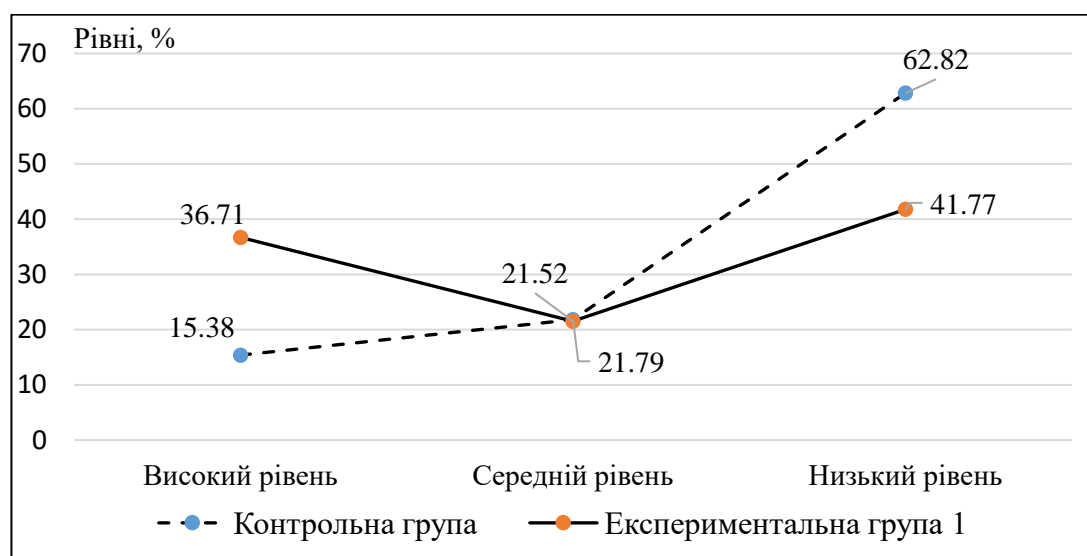


Рис. 6.12. Рівні сформованості мотиваційно-комунікативної компетентності наприкінці експерименту, %

Аналіз сформованості маркетингово-комерційної компетентності на початку експерименту показав, що високий рівень в обох групах не було зафіксовано. При цьому значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, до експерименту в КГ і в ЕГ1 істотно не відрізняються (при χ^2 емп. = 0,20; χ^2 крит. = 3,84), що свідчить про однорідність груп (табл. 6.13).

Таблиця 6.13

Динаміка рівнів сформованості маркетингово-комерційної компетентності

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри- кінці |
|----------|--|-------|-------------------------|-------|------------|--|-------|-------------------------|-------|------------|--|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 0 | 0,00 | 10 | 12,82 | 12,82 | 0 | 0,00 | 26 | 32,91 | 32,91 | 15,16* |
| Середній | 9 | 11,54 | 15 | 19,23 | 7,69 | 11 | 13,92 | 23 | 29,11 | 15,19 | |
| Низький | 69 | 88,46 | 53 | 67,95 | 20,51 | 68 | 86,08 | 30 | 37,97 | 48,10 | |
| | χ^2 емп. = 13,61 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 емп. = 44,98 (χ^2 кр. = 3,84) | | | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Наприкінці педагогічного експерименту в обох групах зафіксовано достовірний приріст результату сформованості маркетингово-комерційної компетентності (табл. 6.13, рис. 6.13).

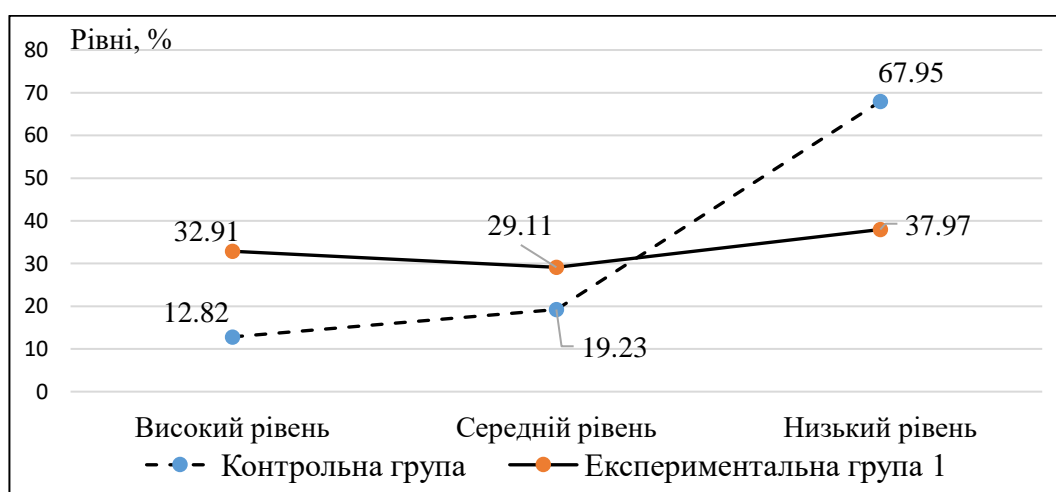


Рис. 6.13. Рівні сформованості маркетингово-комерційної компетентності наприкінці експерименту, %

Так, спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень у КГ на 12,82 % і в ЕГ1 – на 32,91 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ на 7,69 % і в ЕГ1 – на 15,19 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень у КГ на 20,51 % і в ЕГ1 – на 48,10 %.

Комплексний аналіз сформованості праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за операційно-технологічним критерієм показав, що на початку експерименту високий рівень в обох групах не було зафіксовано (табл. 6.14).

Таблиця 6.14

Динаміка рівнів сформованості праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за операційно-технологічним критерієм

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | |
|----------|--|----------------------------|------------|--|----------------------------|------------|------------------------------------|
| | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | χ^2 емп. КГ–ЕГ1 наприкінці |
| Високий | 0,00 | 5,13 | 5,13 | 0,00 | 15,19 | 15,19 | 43,56* |
| Середній | 10,26 | 34,62 | 24,36 | 12,66 | 74,68 | 62,03 | |
| Низький | 89,74 | 60,26 | 29,49 | 87,34 | 10,13 | 77,22 | |
| | χ^2 емп. = 18,84 (χ^2 кр. = 3,84) | | | χ^2 емп. = 95,12 (χ^2 кр. = 3,84) | | | χ^2 кр. = 5,99 |

Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити висновок, що до експерименту в КГ і в ЕГ1 не виявлено істотної відмінності за операційно-технологічним критерієм (при χ^2 емп. = 0,22; χ^2 крит. = 3,84), що свідчить про однорідність груп (табл. 6.14, рис. 6.14).

Наприкінці педагогічного експерименту в обох групах зафіксовано достовірний приріст результату сформованості праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів. Так, спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень у КГ на 5,13 % і в ЕГ1 – на 15,19 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ на

24,36% і в ЕГ1 – на 62,03 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень у КГ на 29,49 % і в ЕГ1 – на 77,22 % (табл. 6.14, рис. 6.14).

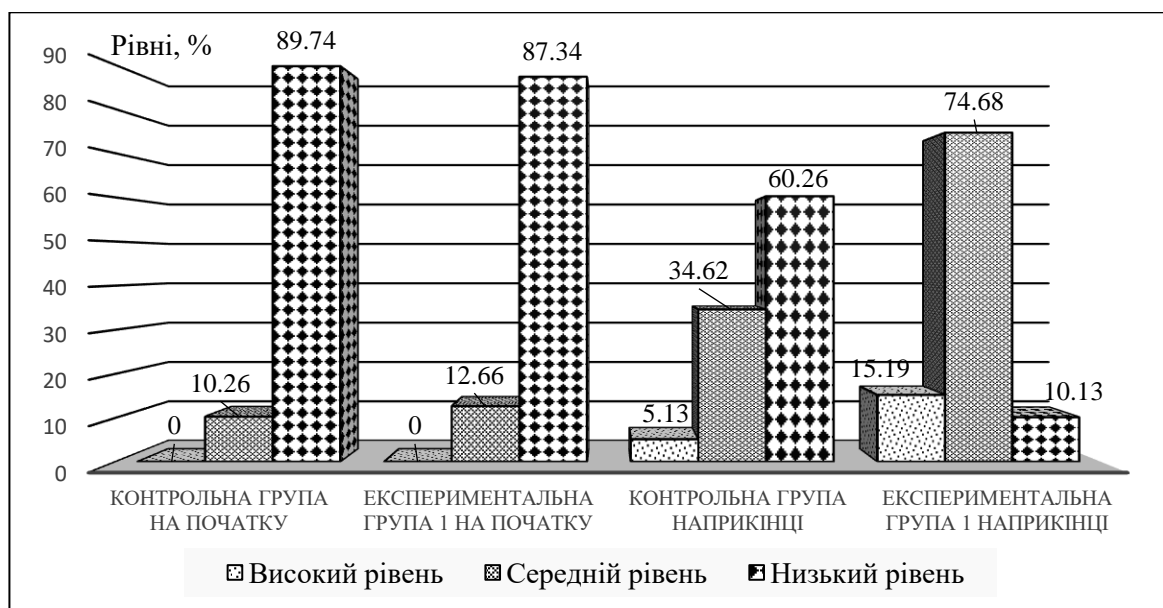


Рис. 6.14. Динаміка рівнів сформованості праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за операційно-технологічним критерієм, %

Разом з тим, наприкінці експерименту спостерігається достовірна різниця в прирості результатів в ЕГ1 у порівнянні з КГ, про що свідчить значення критерію Пірсона: $\chi^2_{\text{емп.}} = 43,56$.

Більш продуктивне формування праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів експериментальної групи, на нашу думку, забезпечили проведення практичних занять із застосуванням таких професійно орієнтованих методів, як: «учіння через навчання», майстер-клас, моделювання конкретних виробничих ситуацій, рольові ігри, а також реалізація ранньої професіоналізації студентів із проходженням відповідних видів практик. Разом з тим, відповідним чином організована самостійна робота студента також сприяла підвищенню рівня сформованості праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів.

Наступний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, який визначався за соціально-психологічним критерієм, був особистісний. Розглянемо динаміку результатів за окремими показниками.

Порівнюючи значення по трьох рівнях за критерієм Пірсона, можемо зробити висновок, що до експерименту в КГ і в ЕГ1 не виявлено істотної відмінності за показником сформованості емпатії (при χ^2 емп. = 0,07; χ^2 крит. = 5,99), що свідчить про однорідність груп (табл. 6.15).

Таблиця 6.15

Динаміка рівнів сформованості емпатії

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри кінці |
|----------|-------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|---------------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|--|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 11 | 14,10 | 11 | 14,10 | 0,00 | 12 | 15,19 | 23 | 29,11 | 13,92 | 7,02* |
| Середній | 35 | 44,87 | 44 | 56,41 | 11,54 | 36 | 45,57 | 43 | 54,43 | 8,86 | |
| Низький | 32 | 41,03 | 23 | 29,49 | 11,54 | 31 | 39,24 | 13 | 16,46 | 22,78 | |
| | χ^2 емп. = 2,50 | | | | | χ^2 емп. = 11,44* | | | | | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

Результати наприкінцевого зрізу педагогічного експерименту дозволили відзначити тенденцію до позитивної динаміки результатів цим показником в обох групах: у КГ спостерігається недостовірний приріст результату (χ^2 емп. = 2,50); в ЕГ1 – достовірний (χ^2 емп. = 11,44). Так, в ЕГ1 – кількість осіб, які мають високий рівень прагнення особистості до самоактуалізації зросла на 29,11 %, середній – на 8,86 %; зменшилася кількість студентів з низьким рівнем на 22,78 % (табл. 6.15, рис. 6.15).

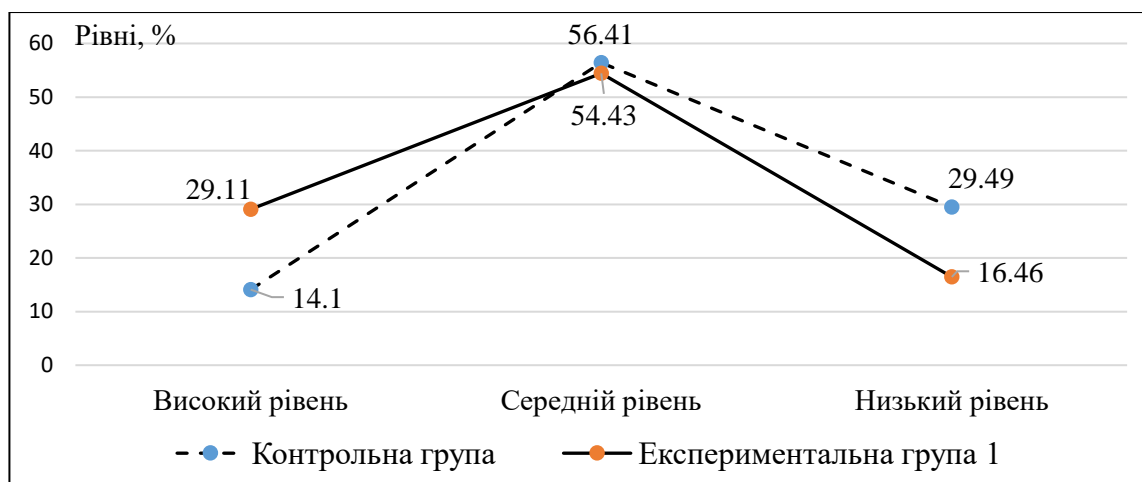


Рис. 6.15. Рівні сформованості емпатії наприкінці експерименту, %

Аналіз рівнів сформованості комунікативних здібностей на початку експерименту вказує на однорідність обох груп за цим показником (при χ^2 емп. = 0,18; χ^2 крит. = 5,99) (табл. 6.16).

Таблиця 6.16

Динаміка рівнів сформованості комунікативних здібностей

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ–ЕГ1 наприкінці |
|----------|-------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|---------------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|---------------------------------------|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 8 | 10,26 | 12 | 15,38 | 5,13 | 9 | 11,39 | 31 | 39,24 | 27,85 | 13,95* |
| Середній | 47 | 60,26 | 46 | 58,97 | 1,28 | 45 | 56,96 | 40 | 50,63 | 6,33 | |
| Низький | 23 | 29,49 | 20 | 25,64 | 3,85 | 25 | 31,65 | 8 | 10,13 | 21,52 | |
| | χ^2 емп. = 1,02 | | | | | χ^2 емп. = 21,15* | | | | | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

Наприкінці експерименту у КГ спостерігається недостовірний приріст результатів (χ^2 емп. = 1,02); в ЕГ1 – достовірний (χ^2 емп. = 21,15). Так, в ЕГ1 – кількість осіб, які мають високий рівень сформованості комунікативних здібностей зросла на 27,85 %, середній – на 6,33 %; зменшилася кількість студентів з низьким рівнем на 21,52 % (табл. 6.16, рис. 6.16).

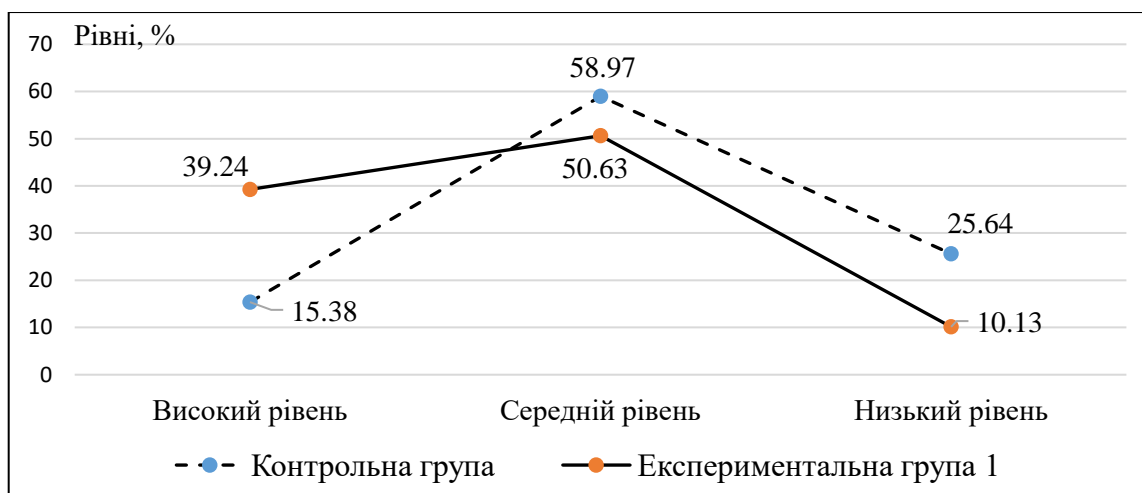


Рис. 6.16. Рівні сформованості комунікативних здібностей наприкінці експерименту, %

Аналіз рівнів сформованості організаторських здібностей на початку експерименту не виявив істотної різниці в обох групах (при χ^2 емп. = 0,78; χ^2 крит. = 5,99) (табл. 6.17).

Таблиця 6.17

Динаміка рівнів сформованості організаторських здібностей

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 наприкінці |
|----------|-------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|---------------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|---|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 4 | 5,13 | 10 | 12,82 | 7,69 | 5 | 6,33 | 12 | 15,19 | 8,86 | 9,93* |
| Середній | 35 | 44,87 | 43 | 55,13 | 10,26 | 40 | 50,63 | 58 | 73,42 | 22,78 | |
| Низький | 39 | 50,00 | 25 | 32,05 | 17,95 | 34 | 43,04 | 9 | 11,39 | 31,65 | |
| | χ^2 емп. = 6,45* | | | | | χ^2 емп. = 20,72* | | | | | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

Наприкінці педагогічного експерименту в обох групах зафіксовано достовірний приріст результату сформованості організаторських здібностей у майбутніх фітнес-тренерів. Так, спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень у КГ на 7,69 % і в ЕГ1 – на 8,86 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ на 10,26 % і в ЕГ1 – на 22,78 %;

зменшення кількості студентів, які мають низький рівень у КГ на 17,95 % і в ЕГ1 – на 31,65 % (табл. 6.17, рис. 6.17).

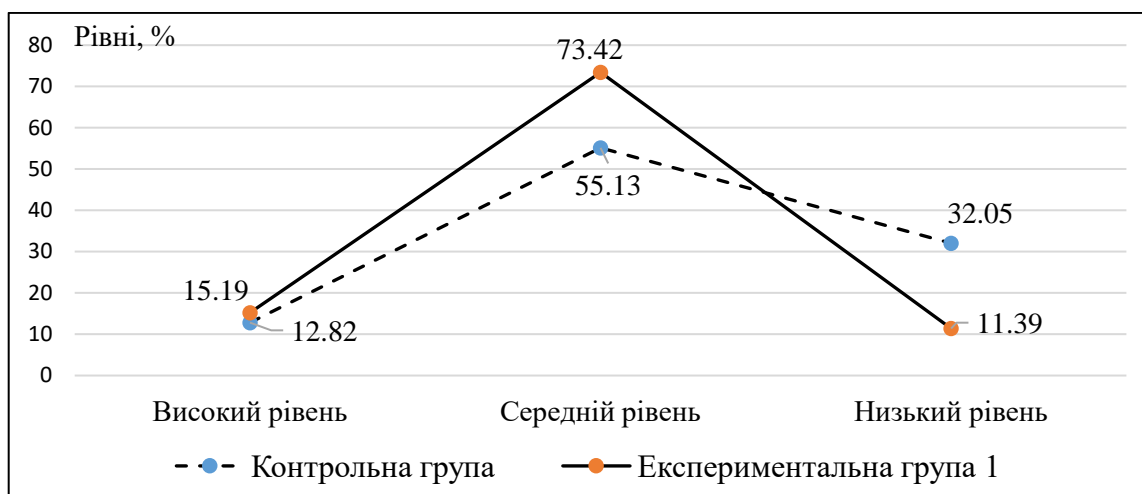


Рис. 6.17. Рівні сформованості організаторських здібностей наприкінці експерименту, %

Результати аналізу рівнів конфліктостійкості на початку експерименту свідчать про відсутність істотних відмінностей між КГ і ЕГ1 (χ^2 емп. = 0,85; χ^2 крит. = 5,99) (табл. 6.18).

Таблиця 6.18

Динаміка рівнів конфліктостійкості

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри- кінці |
|----------|-------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|---------------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|--|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 8 | 10,26 | 8 | 10,26 | 0,00 | 5 | 12,66 | 17 | 21,52 | 8,86 | 6,78* |
| Середній | 23 | 29,49 | 47 | 60,26 | 30,77 | 23 | 31,65 | 50 | 63,29 | 31,65 | |
| Низький | 47 | 60,26 | 23 | 29,49 | 30,77 | 51 | 55,70 | 12 | 15,19 | 40,51 | |
| | χ^2 емп. = 16,46* | | | | | χ^2 емп. = 40,67* | | | | | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

Наприкінці педагогічного експерименту в обох групах зафіксовано достовірний приріст результату сформованості конфліктостійкості у майбутніх фітнес-тренерів (рис. 6.18).

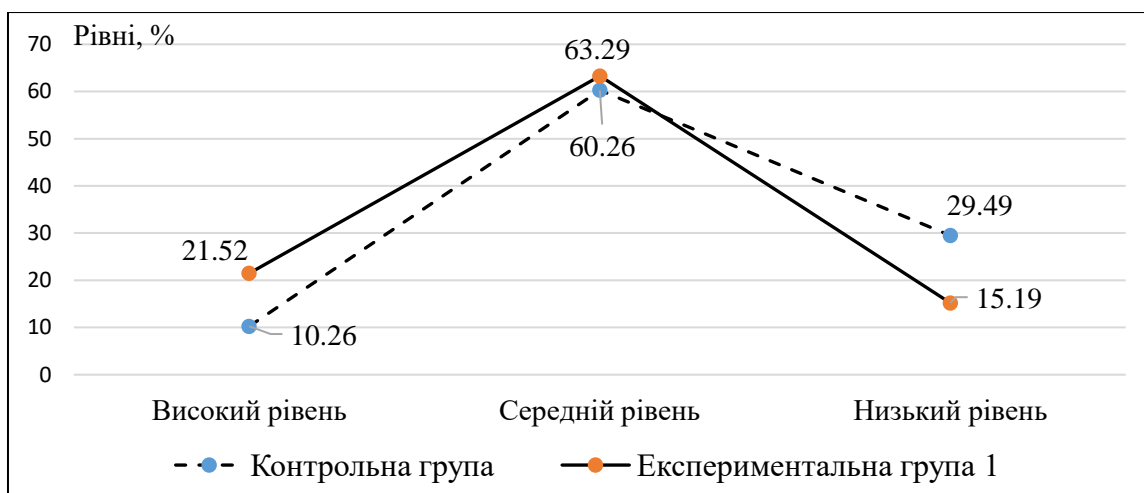


Рис. 6.18. Рівні сформованості конфліктостійкості наприкінці експерименту, %

Так, кількість студентів, які мають високий рівень конфліктостійкості, у КГ не змінився, а в ЕГ1 – збільшився на 8,86 %; кількість студентів, які мають середній рівень конфліктостійкості збільшився у КГ на 30,77 % і в ЕГ1 – на 31,65 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ на 10,26 % і в ЕГ1 – на 22,78 %; кількість студентів, які мають низький рівень конфліктостійкості зменшився у КГ на 30,77% і в ЕГ1 – на 40,51 % (табл. 6.17, рис. 6.18).

Визначення рівнів сформованості лідерських якостей у майбутніх фітнес-тренерів на початку експерименту свідчить про відсутність істотних відмінностей між КГ і ЕГ1 (χ^2 емп. = 0,24; χ^2 крит. = 5,99) (табл. 6.19).

Таблиця 6.19

Динаміка рівнів сформованості лідерських якостей

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | | χ^2 емп. КГ– ЕГ1 напри- кінці |
|-----------------------|-------------------------|-------|-------------------------|-------|------------------------|---------------------------------|-------|-------------------------|-------|------------|--|
| | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | Початок експерименту | | Наприкінці експерименту | | Різниця, % | |
| | абс | % | абс | % | | абс | % | абс | % | | |
| Високий | 4 | 5,13 | 8 | 10,26 | 5,13 | 5 | 6,33 | 24 | 30,38 | 24,05 | 19,80* |
| Середній | 20 | 25,64 | 31 | 39,74 | 14,10 | 22 | 29,11 | 40 | 50,63 | 21,52 | |
| Низький | 54 | 69,23 | 39 | 50,00 | 19,23 | 52 | 64,56 | 15 | 18,99 | 45,57 | |
| χ^2 емп. = 6,13* | | | | | χ^2 емп. = 38,11* | | | | | | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

Наприкінці педагогічного експерименту в обох групах зафіксовано достовірний приріст результату сформованості лідерських якостей у майбутніх фітнес-тренерів. Так, збільшення кількості студентів, які мають високий рівень показника у КГ склало 5,13 %, а в ЕГ1 – 24,05 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ склало 14,10%, а в ЕГ1 – 21,52 %; кількість студентів, які мають низький рівень у КГ зменшилася на 19,23 %, а в ЕГ1 – на 45,57 % (табл. 6.19, рис. 6.19).

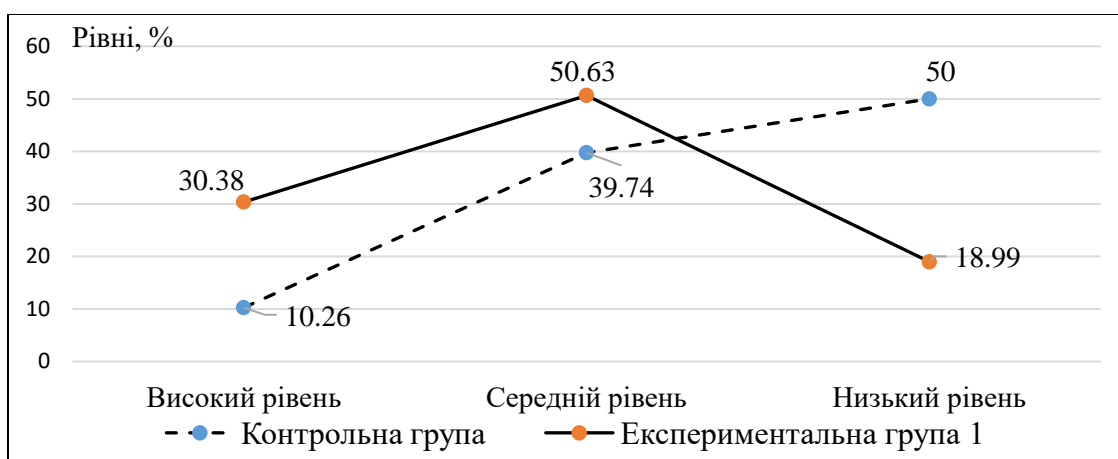


Рис. 6.19. Рівні сформованості лідерських якостей наприкінці експерименту, %

Узагальнимо дані щодо сформованості особистісного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів (табл. 6.20).

Таблиця 6.20

Динаміка рівнів сформованості особистісного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за соціально-психологічним критерієм

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | | |
|----------|---|----------------------------|------------|---|----------------------------|------------|---------------------------------------|--|
| | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | χ^2 емп. КГ–ЕГ1 наприкінці | |
| Високий | 8,97 | 12,56 | 3,59 | 9,11 | 27,09 | 17,97 | 10,19 χ^2 крит. = 5,99 | |
| Середній | 41,03 | 54,10 | 13,08 | 42,03 | 58,48 | 16,46 | | |
| Низький | 50,00 | 33,33 | 16,67 | 48,86 | 14,43 | 34,43 | | |
| | χ^2 емп. = 4,47; χ^2 крит. = 5,99 | | | χ^2 емп. = 23,98*; χ^2 крит. = 5,99 | | | | |

Визначення вірогідності статистичних даних результатів сформованості особистісного компоненту за соціально-психологічним критерієм на початку експерименту свідчить про відсутність істотних відмінностей між КГ і ЕГ1 (χ^2 емп. = 0,03; χ^2 крит. = 5,99) (табл. 6.20, рис. 6.20).

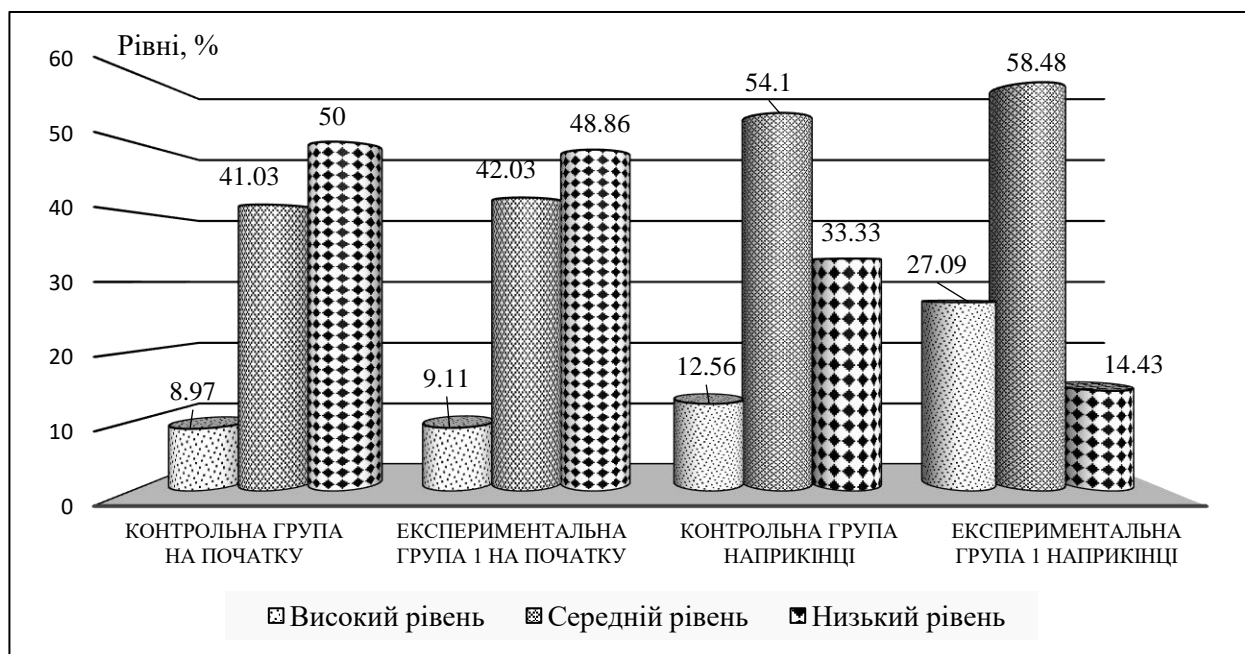


Рис. 6.20. Динаміка рівнів сформованості особистісного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за соціально-психологічним критерієм, %

Наприкінці педагогічного експерименту у КГ зафіксовано недостовірні зміни, а в ЕГ1 – достовірно збільшилася кількість студентів, які мають високий рівень сформованості особистісного компонента професійної компетентності (на 17,97 %), достовірно збільшилася кількість студентів, які мають середній рівень (на 16,46 %), достовірно зменшилася кількість студентів, які мають низький рівень (на 34,43 %).

Ефективність навчально-виховного процесу в частині формування особистісного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів експериментальної групи, на нашу думку, можна пояснити впровадженням у навчально-виховний процес тренінгів з розвитку таких

професійно важливих якостей особистості, як: комунікабельність, емпатія, лідерські якості, артистичні якості, конфліктостійкість тощо.

Отже, на основі аналізу результатів сформованості окремих компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, здійснимо перевірку вірогідності узагальнених результатів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів.

Як свідчать дані, представлені в таблиці 6.21, на початку педагогічного експерименту високий рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у КГ спостерігався у 5,94% осіб, середній рівень – у 32,05%, низький – у 62,00% осіб.

Таблиця 6.21

**Динаміка рівнів сформованості професійної компетентності
майбутніх фітнес-тренерів**

| Рівні | Контрольна група (n=78) | | | Експериментальна група 1 (n=79) | | | χ^2 емп. КГ–ЕГ1 наприкінці |
|----------|-------------------------|----------------------------|------------|---------------------------------|----------------------------|------------|---------------------------------------|
| | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | Початок експерименту, % | Наприкінці експерименту, % | Різниця, % | |
| Високий | 5,94 | 11,07 | 5,13 | 6,10 | 23,13 | 17,03 | 14,19* |
| Середній | 32,05 | 46,27 | 14,22 | 33,72 | 60,64 | 26,93 | |
| Низький | 62,00 | 42,66 | 19,35 | 59,49 | 16,23 | 43,27 | |
| | χ^2 емп. = 6,01* | | | χ^2 емп. = 33,89* | | | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

У ЕГ1 високий рівень зареєстровано у 6,10 % осіб, середній – у 33,72 %; низький рівень – у 54,59 % осіб. Порівняння статистичних даних щодо сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів на початку експерименту свідчить про відсутність істотних відмінностей між КГ і ЕГ1 (χ^2 емп. = 0,06; χ^2 крит. = 5,99) (табл. 6.21).

Наприкінці педагогічного експерименту в обох групах зафіксовано достовірний приріст результату сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів (у КГ χ^2 емп. = 6,01); у ЕГ1 χ^2 емп. = 33,89).

Так, збільшення кількості студентів, які мають високий рівень показника у КГ склало 5,13 %, а в ЕГ1 – 17,03 %; збільшення кількості студентів, які мають

середній рівень у КГ склало 14,22 %, а в ЕГ1 – 26,93 %; кількість студентів, які мають низький рівень у КГ зменшилася на 19,35 %, а в ЕГ1 – на 43,27 % (табл. 6.21, рис. 6.21).

Порівняння результатів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів наприкінці експериментального дослідження в КГ і ЕГ1 дало змогу виявити відмінності між цими вибірками, про що свідчить χ^2 емп. = 14,19, при цьому приріст результатів у ЕГ1 був значно вищий.

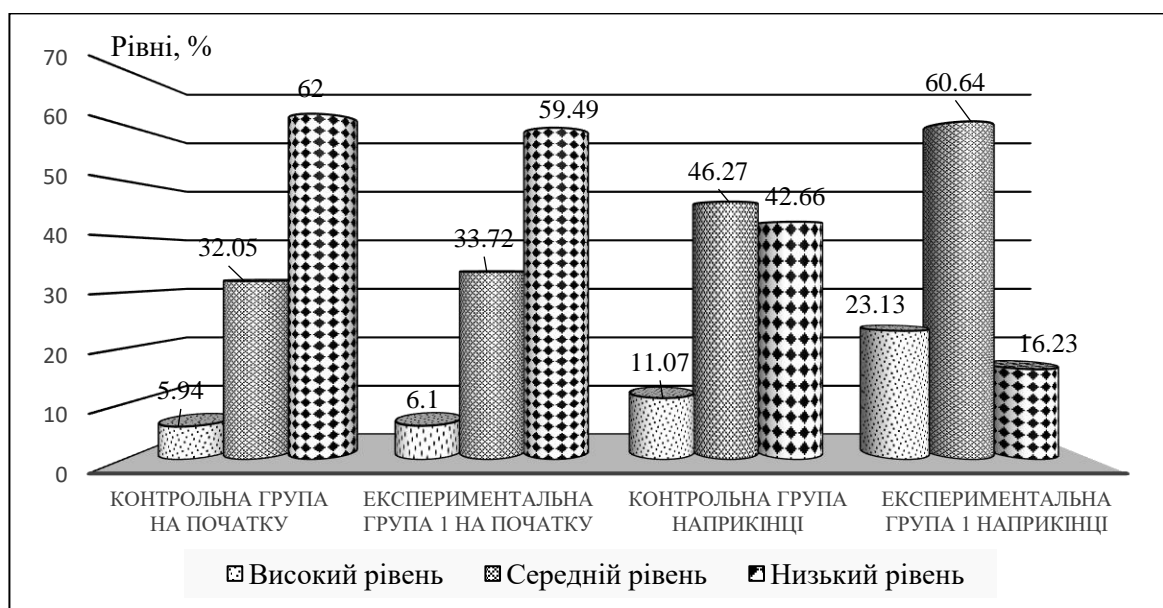


Рис. 6.21. Динаміка рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, %

Здійснено порівняльний аналіз результатів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за окремими компонентами в ЕГ1 і ЕГ2.

За наявності однорідності ЕГ1 і ЕГ2 на початку експерименту за рівнями сформованості компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів (мотиваційний: χ^2 емп. = 1,43, χ^2 крит. = 5,99; аксіологічний: χ^2 емп. = 1,07, χ^2 крит. = 5,99; гносеологічний: χ^2 емп. = 2,21, χ^2 крит. = 3,84; праксеологічний: χ^2 емп. = 2,54, χ^2 крит. = 3,84; особистісний: χ^2 емп. = 0,62, χ^2 крит. = 5,99), наприкінці експерименту не зафіксовано достовірних відмінностей між експериментальними групами за мотиваційним (χ^2 емп. =

1,03), аксіологічним (χ^2 емп. = 3,10); гносеологічним (χ^2 емп. = 4,67) та особистісним (χ^2 емп. = 4,78) компонентами. Натомість, в ЕГ2 відзначено більш прогресивну динаміку результатів за праксеологічним компонентом професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів (χ^2 емп. = 6,11) (табл. 6.22).

Таблиця 6.22

Порівняльна динаміка рівнів сформованості праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів в експериментальній групі 1 та експериментальній групі 2 наприкінці експерименту

| Рівні | Експериментальна група 1 (n=79) | | Експериментальна група 2 (n=125) | | χ^2 емп. ЕГ1-ЕГ2 |
|----------|------------------------------------|-------|-------------------------------------|-------|--------------------------|
| | абс. | % | абс. | % | |
| Високий | 12 | 15,19 | 31 | 24,80 | 6,11* |
| Середній | 59 | 74,68 | 90 | 72,00 | |
| Низький | 8 | 10,13 | 4 | 3,20 | |

Примітка: * значення достовірно відрізняються, χ^2 крит. = 5,99

Розглянемо, за рахунок яких показників сформованості праксеологічного компонента виявився достовірний приріст результатів в ЕГ2 (рис. 6.22).

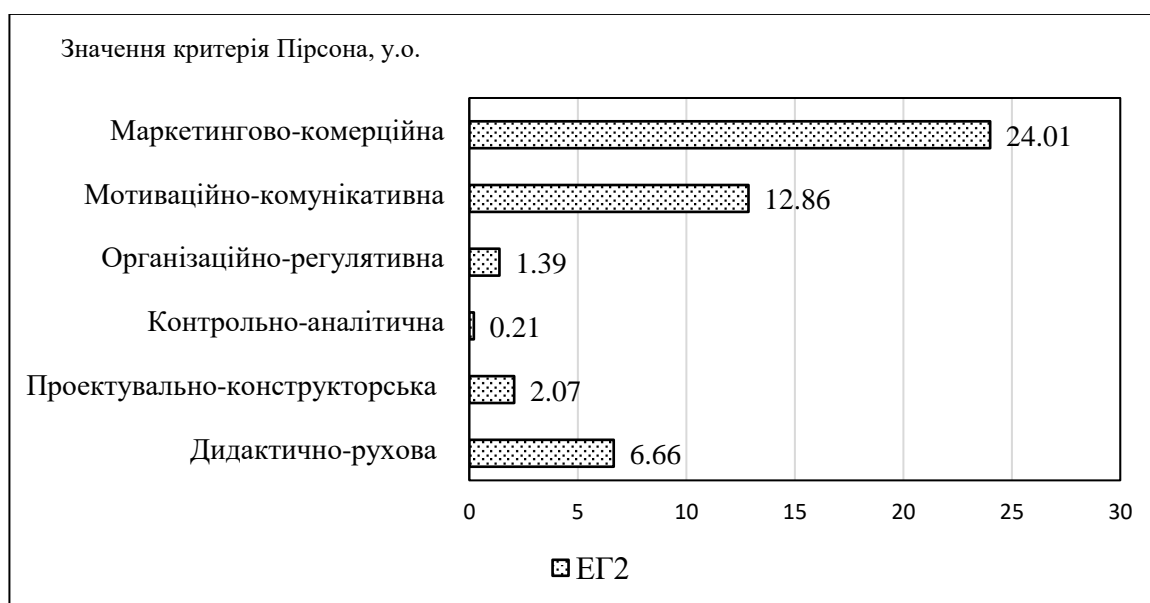


Рис. 6.22. Значення критерія Пірсона за окремими компетентностями наприкінці експерименту в ЕГ2 у порівнянні з ЕГ1 (χ^2 крит. = 5,99), у.о.

Відповідно до даних, репрезентованих на рис. 6.22, можна зробити висновок, що в ЕГ2 більш висока ефективність професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів за праксеологічним компонентом була реалізована на основі сформованості дидактично-рухової (χ^2 крит. = 6,66), мотиваційно-комунікативної (χ^2 крит. = 12,86) та маркетингово-комерційної (χ^2 крит. = 24,01) компетентностей.

Отже, хоча система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів була ідентичною в ЕГ1 і ЕГ2, відмінність результату сформованості праксеологічного компонента професійної компетентності в ЕГ2 можна пояснити більшим вибором баз для проведення практик, що пов'язано із закономірною концентрацією матеріальних та інтелектуальних ресурсів у профільному столичному закладі вищої освіти.

Узагальнений аналіз результату сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у ЕГ1 та ЕГ2 наприкінці експерименту показав недостовірні відмінності (χ^2 емп. = 3,40; χ^2 крит. = 5,99).

Таким чином, у процесі проведення формувального експерименту було підтверджено істотні відмінності між рівнями сформованості окремо кожного компонента та, в цілому, професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів контрольної та експериментальної групи наприкінці експерименту. Це свідчить про адекватність висунутої гіпотези та ефективність розробленої та науково обґрунтованої системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Висновки до шостого розділу

У розділі досліджено ефективність системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, що визначалася динамікою рівнів (високого, середнього, низького) сформованості компонентів професійної компетентності студентів контрольної та експериментальної груп за відповідними критеріями.

Охарактеризовано якісні характеристики рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, яка формується в закладах вищої освіти.

Високий рівень сформованості професійної компетентності майбутнього фітнес-тренера у закладах вищої освіти характеризується яскраво вираженим прагненням до опанування професійних знань та оволодіння навичками; бажанням працювати за фахом «фітнес-тренер» та підвищувати рівень кваліфікації; стійким проявом здатності до самоконтролю у поведінці; високою ініціативністю і наполегливістю у вирішенні поставлених завдань; чітко вираженим прагненням особистості до самоактуалізації: сформованістю цінностей зрілої особистості, високою потребою у пізнанні, високим рівнем креативності, яскраво вираженою принциповістю, адекватністю самооцінки та контактністю; наявністю глибоких, міцних і системних знань з циклу дисциплін професійної підготовки; яскраво вираженою здатністю до реалізації повного обсягу дослідницьких умінь; яскраво вираженою дидактично-руховою, проектувально-конструкторською, контролью-аналітичною, організаційно-регулятивною, мотиваційно-комунікативною та маркетингово-комерційною компетентностями й здатністю самостійно реалізовувати повний обсяг професійних функцій фітнес-тренера з елементами креативності, відсутністю технічних, методичних та організаційних помилок та ефективними діями у навчальних і реальних ситуаціях; стійким проявом емпатійних здібностей, організаторських і комунікативних якостей; яскравим проявом лідерських якостей; демонстрацією конфліктостійкості й толерантності під час конфлікту.

Аналіз одержаних результатів дослідження дозволив відзначити позитивні результати щодо рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти наприкінці педагогічного експерименту.

Так, за мотиваційно-вольовим критерієм динаміка результатів за трьома рівнями у КГ була недостовірною, в ЕГ1 достовірно збільшилась кількість студентів з високим рівнем сформованості мотиваційного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів на 21,52 %; середнім – на

16,46%; зменшилася кількість студентів з низьким рівнем на 37,97%. Отримані дані вказують на достовірно вищий результат сформованості професійної компетентності мотиваційного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за мотиваційно-вольовим критерієм у ЕГ1, ніж у КГ.

За ціннісно-смысловим критерієм у майбутніх фітнес-тренерів у КГ спостерігається недостовірний приріст результату; в ЕГ1 – достовірний. Так, в ЕГ1 – кількість осіб, які мають високий рівень прагнення особистості до самоактуалізації зросла на 8,86 %, середній – на 18,99 %; зменшилася кількість студентів з низьким рівнем на 27,85 %.

За когнітивно-інтелектуальним критерієм спостерігався достовірний приріст результатів в обох групах: у КГ виявлено збільшення кількості студентів, які мають високий рівень сформованості гносеологічного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за когнітивно-інтелектуальним критерієм, що склало 7,69 %, а в ЕГ1 – 15,19 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ склало 18,59 %, а в ЕГ1 – 50,00 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за когнітивно-інтелектуальним критерієм, у КГ склало 26,28 %, а в ЕГ1 – 65,19 %. Порівняльний аналіз динаміки результатів в обох групах показав, що в ЕГ1 приріст значень за трьома рівнями був достовірно вищий, ніж у КГ.

За операційно-технологічним критерієм сформованості праксеологічного компоненту професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів в обох групах зафіксовано достовірний приріст результатів. Так, спостерігається збільшення кількості студентів, які мають високий рівень у КГ на 5,13 % і в ЕГ1 – на 15,19 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень у КГ на 24,36 % і в ЕГ1 – на 62,03 %; зменшення кількості студентів, які мають низький рівень у КГ на 29,49 % і в ЕГ1 – на 77,22 %. Разом з тим, наприкінці експерименту спостерігається достовірна різниця в прирості результатів у ЕГ1 у порівнянні з КГ.

Визначення вірогідності статистичних даних результатів сформованості особистісного компонента наприкінці педагогічного експерименту за соціально-психологічним критерієм показало, що у КГ зафіксовано недостовірні зміни, а в ЕГ1 – достовірно збільшилася кількість студентів, які мають високий рівень сформованості особистісного компоненту професійної компетентності, на 17,97 %, достовірно збільшилася кількість студентів, які мають середній рівень, на 16,46%, достовірно зменшилася кількість студентів, які мають низький рівень, на 34,43 %.

Узагальнені результати динаміки рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів за всіма визначеними критеріями та відповідними компонентами засвідчили такі тенденції до змін: в обох групах зафіксовано достовірний приріст результату сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів. Так, збільшення кількості студентів, які мають високий рівень показника, у КГ склало 5,13 %, а в ЕГ – 17,03 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень, у КГ склало 14,22 %, а в ЕГ1 – 26,93 %; кількість студентів, які мають низький рівень, у КГ зменшилася на 19,35%, а в ЕГ1 – на 43,27 %. Порівняння результатів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів наприкінці експериментального дослідження в КГ і ЕГ1 дало змогу виявити відмінності між цими вибірками, про що свідчить χ^2 емп. = 14,19, при цьому приріст результатів у ЕГ1 був значно вищий.

Отже, аналіз результатів педагогічного експерименту засвідчив ефективність розробленої та науково обґрунтованої системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Розроблена система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти є відкритою та піддіється одночасному впливу як з боку вимог роботодавців до функціональних обов'язків таких фахівців, так і з боку соціокультурної ситуації у світі та Україні. У зв'язку з цим, її наповнення може трансформуватися в частині змісту, технологій та діагностики результатів професійної підготовки.

Вважаємо, що перспективами вдосконалення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти є розробка диференційованих методів навчання з урахуванням мотивації, стилю пізнавальної діяльності студентів та їх психофізіологічних особливостей, впровадження дистанційних засобів навчання, побудова системи підвищення кваліфікації фітнес-тренерів, корекція навчальних планів на основі оптимального поєднання фундаментального та професійного блоків дисциплін, розробка інтегрованих курсів, курсів за вибором, міждисциплінарних форм контролю, інтерактивних технологій розвитку професійно важливих якостей особистості майбутніх фітнес-тренерів, а також обґрунтування й впровадження технологій волонтерської діяльності майбутніх фітнес-тренерів.

Основні наукові положення розділу викладено в опублікованих працях [622].

ВИСНОВКИ

У дисертації запропоновано розв'язання наукової проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти на основі формулювання теоретичних та методичних засад такої підготовки з обґрунтуванням авторської концепції, визначенням структури професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, створенням діагностичного інструментарію для оцінювання рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів та розробкою системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Узагальнення результатів здійсненого дослідження дало підстави сформулювати такі висновки.

1. Теоретичний аналіз проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти засвідчив, що в наукових джерелах акцентується увага на невідповідності рівня професійної компетентності фахівців вимогам роботодавців та світовому рівню, на необхідності подолання фрагментарного й вузькоспеціалізованого навчання у процесі професійної підготовки фітнес-тренерів. У педагогічній науці здійснено спроби обґрунтувати окремі методичні аспекти підготовки фахівців різних спеціалізацій для сфери оздоровчого та спортивного фітнесу в закладах вищої освіти (інструктора тренажерного залу, тренера з аеробіки, дитячого фітнес-тренера, тренера з атлетичної гімнастики, учителів фізичної культури до впровадження фітнес-технологій); досліджено можливості застосування інформаційно-комунікаційних технологій у професійній підготовці майбутніх фітнес-тренерів.

З'ясовано, що передумовами розбудови системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України були соціальний запит на якість та асортимент фізкультурно-оздоровчих послуг, популяризація фітнесу як альтернативного виду рухової активності, його різноманітність, оформлення фітнесу як наукової й навчальної дисципліни, несформованість

єдиної системи підготовки таких фахівців, а також законодавча легалізація професії «фітнес-тренер». Доведено, що становлення системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти зазнавало значного впливу світового досвіду й характеризувалося певною консервативністю, відставанням від запитів ринку праці порівняно з альтернативними формами підготовки фітнес-тренерів.

Зроблено висновок, що врахування історичного контексту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти дасть змогу виявити шляхи її удосконалення та розвитку. Виявлено, що проблема професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти не була предметом дослідження широкого кола зарубіжних та вітчизняних науковців: вчені розглядають цей процес з позицій додаткової освіти або обмежуються лише одним з компонентів цієї діяльності, не набули обґрунтованості теоретичні й методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

2. Світовий практичний досвід професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закордонних закладах вищої освіти засвідчує її активну трансформацію у розвинутих країнах. При цьому спостерігаються різнопланові тенденції: такі, що є характерними для більшості країн, й своєрідні, що формуються залежно від соціокультурної та політичної ситуації у державі. До загальносвітових тенденцій належать такі: освіта майбутніх фітнес-тренерів має гнучкий і багатоступеневий характер; провідне місце у створенні навчальних програм належить акредитованим організаціям, що здійснюють сертифікацію фахівців та відстежують тенденції розвитку сфери фітнесу; значну частку в системі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів має неакадемічний сектор; у закладах вищої освіти з'являються фахові бакалаврські та магістерські навчальні програми підготовки майбутніх фітнес-тренерів (США, Велика Британія, Австрійська республіка, Латвійська Республіка, Литовська Республіка, Естонська Республіка, Республіка Польща, Республіка Молдова).

Серед здобутків світового досвіду, що мають бути враховані у вітчизняній

практиці професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, можна виокремити такі: збереження національних традицій освітньої системи; тісна співпраця з роботодавцями; орієнтація змісту професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів на формування у студентів здатностей до безконфліктного спілкування і мотивування клієнтів, до маркетингово-комерційної діяльності, до розроблення та реалізації фітнес-програм оздоровчо-профілактичної спрямованості з різними групами населення; активне застосування різноманітних форм навчання; диверсифікація освітніх послуг; узгодження національних реєстрів освітніх кваліфікацій тренерів різних країн та поширення практики створення міжнародних освітніх програм.

Вітчизняний практичний досвід професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України вказує на існування суперечності між нагальною потребою у фітнес-тренерах, бажанням випускників закладів вищої освіти працювати фітнес-тренерами й недостатнім рівнем їхньої здатності виконувати професійні обов'язки фітнес-тренера відповідно до вимог роботодавців; у навчальних планах спостерігається фрагментарна наявність спеціальних дисциплін з комплексної підготовки фітнес-тренера; недостатньо реалізуються сучасні форми, методи й засоби у процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів.

3. Визначено структуру професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, містить мотиваційний, аксіологічний, гносеологічний, праксеологічний та особистісний компоненти й утворюється системою загальних, базових та спеціальних компетентностей, які мають взаємозалежний та взаємопов'язаний характер. Мотиваційний компонент професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів характеризується наявністю професійної спрямованості особистості; аксіологічний – визначає ступінь її здатності до самовизначення, цілепокладання та актуалізації власних потенціалів; гносеологічний – характеризується комплексом соціально-гуманітарних, фундаментальних та професійних знань й сформованих академічних здібностей; праксеологічний – відображає ступінь здатності

майбутніх фітнес-тренерів до виконання основних професійних функцій; особистісний – передбачає розвиненість професійно-значимих особистісних якостей майбутніх фітнес-тренерів. До загальних компетентностей належать соціальні, загальнокультурні, інструментальні, системні та загальнонаукові. Базовими компетентностями є такі, що забезпечують дослідницько-аналітичну, технологічну, організаційну та управлінську функції фахівця сфери фізичної культури та спорту. До спеціальних компетентностей майбутніх фітнес-тренерів належать дидактично-рухова, проектувально-конструкторська, контрольньо-аналітична, організаційно-регулятивна, мотиваційно-комунікативна та маркетингово-комерційна.

Охарактеризовано критерії сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів: мотиваційно-вольовий, ціннісно-смысловий, когнітивно-інтелектуальний, операційно-технологічний, соціально-психологічний, визначено відповідні показники (прагнення до опанування професійними знаннями та оволодіння навичками; бажання працювати за професією «фітнес-тренер» і підвищувати рівень кваліфікації, здатність до самоконтролю у поведінці, ініціативність й наполегливість у вирішенні поставлених завдань, прагнення особистості до самоактуалізації, наявність системи знань із циклу дисциплін професійної підготовки; здатність до реалізації дослідницьких умінь, сформованість дидактично-рухової, проектувально-конструкторської, контрольньо-аналітичної, організаційно-регулятивної, мотиваційно-комунікативної та маркетингово-комерційної компетентностей; сформованість емпатійних, комунікативних, організаторських, лідерських здібностей та конфліктостійкості) та рівні (високий, середній, низький).

4. Обґрунтовано концепцію професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, основою якої слугують такі положення:

– метою концепції є обґрунтування теоретико-методичних засад професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, яка є складовою системи професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту, спроектована з урахуванням специфіки діяльності фітнес-

тренера, світового досвіду, вимог замовників освітніх послуг (роботодавців) та суспільства й спрямована на формування професійної компетентності випускників, що дасть їм змогу після завершення освітньої програми успішно реалізовувати отримані знання та професійні навички у діяльності з надання фітнес-послуг для різних груп населення;

– в основу концепції покладено нормативно-правові акти та положення, фундаментальні теорії закордонних та вітчизняних учених, у яких знайшли своє втілення теорії сучасної загальної педагогіки, теорії педагогічних систем, теорії особистості, компетентнісний підхід в освіті, аспекти професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту, положення теорії та методики спортивного тренування та фізичного виховання, системи спорту для всіх, концептуальні основи дитячого фітнесу, теоретико-методичні напрацювання щодо індивідуалізації та диференціації навчання, контекстного, інтерактивного й проблемного навчання;

– онтологічний аспект концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти конкретизований у таких поняттях, як: «професія», «професіограма», «модель фахівця», «професійна компетентність», «професійні компетенції», «професійна підготовка», «заклад вищої освіти», «фітнес», «фітнес-послуга», «тренер», «фітнес-тренер», «майбутній фітнес-тренер», «професійна компетентність майбутнього фітнес-тренера, що формується у закладах вищої освіти», «професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти». Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти – це педагогічна система, що спроектована з урахуванням вимог замовників освітніх послуг (роботодавців) та суспільства, спрямована на здобуття ступеня бакалавра (кваліфікація «Фітнес-тренер») і формування професійної компетентності випускників, що дасть їм змогу після завершення освітньої програми успішно реалізувати отримані знання та професійні навички у діяльності з надання фітнес-послуг для різних груп населення;

– методологічну основу професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти становлять діалектичний, екзистенціальний, системний, соціокультурний, акмеологічний, компетентнісний, професіографічний, особистісний та діяльнісний методологічні підходи, реалізація яких вказує на стратегічні напрямки такої підготовки;

– стратегія професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти відображає причинно-наслідкові зв'язки й залежності, зумовлені соціально-економічними, політичними, культурологічними факторами, й відповідає 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 (принцип студенто-орієнтованості); фундаментальність, цілісність надання інформації та єдність наукових досліджень і навчальної діяльності (принцип фундаменталізації та науковості); спрямованість професійної підготовки на розвиток в майбутніх фітнес-тренерів системного та критичного мислення (принцип інтелектуалізації); демонстрування академічної чесності студентами та науково-педагогічними працівниками (принцип академічної чесності);

– ефективність професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти залежить від урахування загальнодидактичних і специфічних закономірностей навчання та відповідає таким принципам: системності (дає змогу тлумачити професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти з позицій логіки синтезу, взаємопереходів і взаємозалучення усіх її компонентів); інтеграції базової та спеціальної підготовки (передбачає формування у студентів оптимального мінімуму загальних та базових компетентностей, необхідних для вирішення загальнопрофесійних завдань фахівця у сфері фізичної культури і спорту й формування спеціальних професійних компетентностей та особистісних якостей, необхідних для виконання професійних обов'язків фітнес-тренера); міждисциплінарності (передбачає компетентнісно-інтегративний характер

проектування та викладання навчальних програм з їх орієнтацію на специфіку професійної діяльності фітнес-тренера); рухової поліфункціональності (забезпечує формування у студентів значного обсягу технічних навичок з різних напрямів фітнесу); смислової та перцептивної наочності (передбачає 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); ранньої професіоналізації (потребує впровадження з першого по четвертий курси навчання дисциплін професійно-прикладної спрямованості, виконання професійних завдань у ході проходження практик за профілем майбутньої роботи та волонтерської діяльності); єдності традиції та інновацій (дає змогу реалізувати діалектичний баланс між застосуванням традиційних для педагогіки, теорії та методики фізичного виховання і спорту засобів, методів і форм навчання й інноваційних ідей); диференціації та індивідуалізації (передбачає урахування пізнавального стилю, психофізіологічних та індивідуально-типологічних особливостей студентів, рівня базових знань і навичок, професійного досвіду, типу сформованої мотивації, спрямованості особистості, схильностей та інтересів студентів, їхніх світоглядних і національних цінностей, соціальних та когнітивних характеристик молодого покоління); евристичної інтерактивності (забезпечує продуктивну творчу взаємодію студентів та викладачів за умов координуючої ролі останніх); самостійності (передбачає формування у студентів здатності до самостійного пошуку, опрацювання, опанування інформації; самостійного набуття, удосконалення професійних навичок та навчання методам самостійного отримання знань, умінь і навичок).

5. Система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як соціальний інститут є відкритою, відображає тенденції соціокультурного, економічного, освітянського та професійного простору, спрямована на формування професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів та передбачає взаємодію між її елементами (мета, завдання, компоненти професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів, загальні,

базові та спеціальні компетентності, методологічні підходи та принципи професійної підготовки, її зміст, методи, засоби та форми навчання, педагогічні умови, етапи професійної підготовки, діяльність студента, викладача та групи, засоби педагогічного діагностування) на основі реалізації внутрішніх та зовнішніх зв'язків, що в результаті дасть можливість випускникам після завершення освітньої програми успішно здійснювати діяльність з надання фітнес-послуг для різних груп населення.

Організаційно-методичний супровід системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти передбачає реалізацію: 1) освітньо-професійної програми (перелік навчальних дисциплін) для набуття студентами загальних, базових та спеціальних компетентностей, що в сукупності забезпечують формування мотиваційного, аксіологічного, особистісного, гносеологічного та праксеологічного компонентів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів; 2) технологій контекстного, індивідуально-диференційованого, проблемного, активного й інтерактивного навчання, інформаційно-комунікаційних технологій і технологій навчання руховим діям; 3) традиційних та інтерактивних методів і форм навчання з метою формування праксеологічного компонента професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів: кейс-метод; рольові ігри, соціально-психологічні тренінги; різноманітні види практик; метод дискусії; складання портфоліо; специфічні методи навчання руховим діям з різних напрямів фітнесу в межах дисциплін «Фітнес-технології» та «Рекреаційні технології»; методи ідеомоторного навчання; методи розвитку концентрації та кінестетичних відчуттів за допомогою застосування метафор, візуальних й аудіальних субмодальностей, технік нейролінгвістичного програмування («якоріння»); метод майстер-класу; «мозкової атаки»; застосування електронного сервісу Kahoot для створення онлайн вікторин, тестів та опитувань; створення веб-сторінки з дисципліни «Професійна майстерність»; бінарні лекції, лекції-конференції; 4) суспільно-виховних форм організації навчання з метою формування аксіологічного, мотиваційного та особистісного компонентів професійної компетентності

майбутніх фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти, зокрема виготовлення групових соціальних проєктів, волонтерська участь у фізкультурно-спортивних масових заходах, фітнес-конвенціях, студентських олімпіадах, університетських святах, соціальних акціях тощо.

6. Ефективність системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти визначалася динамікою рівнів сформованості як окремих компонентів професійної компетентності студентів контрольної та експериментальної груп за відповідними критеріями, так і динамікою професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у цілому. Узагальнені результати динаміки рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів свідчать про такі тенденції до змін: в обох групах зафіксовано достовірне збільшення рівня сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів. Так, збільшення кількості студентів, які мають високий рівень сформованості показника, у контрольній групі становило 5,13 %, а в експериментальній – 17,03 %; збільшення кількості студентів, які мають середній рівень, у контрольній групі становило 14,22 %, а в експериментальній – 26,93 %; кількість студентів, які мають низький рівень, у контрольній групі зменшилася на 19,35 %, а в експериментальній – на 43,27 %. Порівняння результатів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів наприкінці експериментального дослідження в обох групах дало змогу виявити відмінності між цими вибірками, про що свідчить значення критерію Пірсона (χ^2 емп. = 14,19), при цьому збільшення результатів у експериментальній групі було суттєвим. Встановлено, що найбільш помітний вплив на формування професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів у експериментальній групі мали гносеологічний, праксеологічний та особистісний компоненти.

Аналіз результатів педагогічного експерименту засвідчив ефективність розробленої системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Здійснене нами дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої

освіти. Перспективи для подальших досліджень вбачаємо у вдосконаленні системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів відповідно до Стандарту вищої освіти першого (бакалаврського) рівня освіти галузі знань 01 «Освіта», спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», спеціалізації «Фітнес та рекреація»; у вдосконаленні навчального плану для майбутніх фітнес-тренерів на основі оптимального поєднання фундаментального та професійного блоків дисциплін, їх взаємопроникнення на основі міжпредметних зв'язків, інтегрованих курсів, курсів за вибором, міждисциплінарних форм контролю, що забезпечать формування у студентів цілісного уявлення про професію фітнес-тренера, основою якого є системні знання; створенні інтерактивних технологій для розвитку професійно важливих якостей особистості майбутніх фітнес-тренерів; проектуванні технологій волонтерської діяльності майбутніх фітнес-тренерів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдуллина ОА. *Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования*. Москва: Просвещение; 1990. 141 с.
2. Абсалямова ИВ. *Обоснование и разработка режима тренировки при обучении и совершенствовании обязательных упражнений в фигурном катании на коньках* [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1973. 17 с.
3. Ажиппо ОЮ. Сучасний стан і проблеми індивідуалізованого навчання студентів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2015;42:507-14.
4. Азимов ЭГ, Щукин АН. *Новый словарь методических терминов и понятий (теория и практика обучения языкам)*. Москва: Издательство ИКАР; 2009. 448 с.
5. Азимов ЭГ., Щукин АН. *Словарь методических терминов (теория и практика преподавания языков)*. Санкт-Петербург: Златоуст; 1999. 472 с.
6. *Академія фітнесу – Україна* [Інтернет]. Київ: Академія фітнесу; 2018 [цитовано 2018 Лют. 28]. Доступно на: <http://fitnessacademy.com.ua/>.
7. *Аквааэробика, глубокая вода* [Інтернет]. YouTube; 2018 Лют. 5 [цитовано 2018 Бер. 7]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=WZTJtk8Lws0.
8. Александрова ТЛ. Методологические проблемы социологии профессий. *Социологические исследования*. 2000;8:11-7.
9. Алексюк АМ. *Педагогіка вищої освіти України. Історія. Теорія*. Київ: Либідь; 1998. 518 с.
10. Алешина СА, Заир-Бек ЕС, Иваненко ИА, Ксенофонтова АН. *Педагогика профессионального образования: уч.-метод. пособие по уч. дисциплине «Теория профессионального образования»*. Оренбург: Изд-во ОГПУ; 2013. 84 с.
11. Аллин ОН, Сальникова НИ. *Кадры для эффективного бизнеса. Подбор и мотивация персонала*. Москва: Генезис; 2005. 248 с.

12. *Англійський словник Webster*. [Інтернет]; 2012 [цитовано 2015 Бер. 10]. Доступно на: <http://slovar-vocab.com/english/websters-vocab/trainer-8415484.html>.
13. *Англо-русский словарь В. К. Мюллера* [Інтернет]; 2015 [цитовано 2015 Бер. 10]. Доступно на: <http://www.classes.ru/dictionary-english-russian-Mueller-term-7854.htm>.
14. Андреева О, Благій О. Система підготовки та підвищення кваліфікації фахівців із фізичної рекреації. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць. 2015;3(31):5-10.
15. Андреева ОВ. *Фізична рекреація різних груп населення*: монографія. Київ: Поліграфсервіс; 2014. 280 с.
16. Андрущенко ВП, Бондар ВІ. Модернізація педагогічної освіти відповідно до викликів ХХІ століття. *Науковий вісник Миколаївського державного університету ім. В. О. Сухомлинського. Серія: Педагогічні науки* [Інтернет]. 2010 [цитовано 2017 Квіт. 10];1(28):12-20. Доступно на: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdup_2010_1.
17. Анисимов ВЕ, Пантина НС. Методологические вопросы разработки модели специалиста. *Советская педагогика*. 1977;5:100-8.
18. Анисимов ОС. *Креативная акмеология*: уч.-метод. пособие; Деркач АА, общ. ред. Москва: Изд-во РАГС; 2007. 276 с.
19. Анисимова ВА. *Организация самообразовательной деятельности студентов физкультурного вуза*: учеб. пособ. для студ. вуза физ. культуры. [3-е изд., перераб.]. Челябинск: Уральская академия; 2011. 104 с.
20. Анохин ПК. *Философские аспекты теории функциональной системы. Избранные труды*; Константинов ФВ, Ломов БФ, Швырков ВБ, отв. ред. Москва: Наука; 1978. 399 с.
21. Антипьев АГ, Маркова ЮС. Основные тенденции развития образования в глобализирующемся мире. *Вестник Пермского университета*. 2011;3(7):116-22.

22. Антоненко ОВ. Формування готовності майбутніх учителів фізичного виховання до роботи в сучасній загальноосвітній школі. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2006;10:79-81.

23. *Ассоциация профессионалов фитнеса* [Інтернет]; 2018 [цитовано 2018 Квіт. 4]. Доступно на: <http://fitness-pro.ru/index.php?o>.

24. Атамась ОА. Термінологія підготовки майбутнього учителя фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу. *Актуальные вопросы высшего профессионального образования: материалы VI межд. наук.-практ. конф.*; 2012 Март 22. Донецк; 2012:73-7.

25. Атамась ОА. *Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу* [автореферат]. Київ: Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова; 2015. 20 с.

26. Афтимчук О. Образовательные технологии подготовки специалистов по фитнесу. *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжн. уч.* Львів: ЛДУФК; 2014:305-10.

27. Ахиезер АС. Между циклами мышления и циклами истории. *Общественные науки и современность*. 2002;3:122-32.

28. Ахмедзянова АЭ. *Актуализация эмпатии личности средствами кинотренинга (на примере студентов гуманитарного профиля)* [диссертация]. Казань: Казанский (Приволжский) федеральный университет; 2011. 195 с.

29. Бабанский ЮК. *Оптимизация учебно-воспитательного процесса: метод. основы*. Москва: Просвещение; 1982. 192 с.

30. Бабин І, Ликов В. *Стратегія та сучасні тенденції розвитку університетської освіти України в контексті Європейського простору вищої освіти на період до 2020 р.* [Інтернет]. Національний темпус / Еразмус+ офіс в Україні; 2009 [цитовано 2017 Серп. 18]. Доступно на: <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>.

31. Бабушкин ГД. *Психология труда тренера по спорту*. Омск: ОГИФК; 1985. 84 с.
32. Багиев ГЛ, Наумов ВН. *Руководство к практическим занятиям по маркетингу с использованием кейс-метода* [Интернет]. Санкт-Петербург: Энциклопедия маркетинга; 2001 [цитовано 2017 Груд. 20]. Доступно на: <http://www.marketing.spb.ru>.
33. Байденко В. Компетенции в профессиональном образовании (К освоению компетентностного подхода). *Высшее образование в России*. 2004;11:3-13.
34. Балаєва КС. Професіографічний підхід до організації професійної підготовки педагогів дошкільного профілю. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 16: Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики* [Интернет]. 2013 [цитовано 2015 Вер. 21];21:8-11. Доступно на: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_016_2013_21_4.
35. Баландин СИ. *Междисциплинарный подход в подготовке кадров для области физической культуры и спорта* [автореферат]. Санкт-Петербург: Военный институт физической культуры; 2012. 24 с.
36. Барабанщиков АВ, Звягинцев ВГ. *Педагогика высшей военной школы*. Москва: ВПА; 1985. 136 с.
37. Баскаков АЯ, Туленков НВ. *Методология научного исследования: уч. пособие*. Киев: МАУП; 2002. 216 с.
38. Батищева МР. *Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями* [автореферат]. Луганськ: Луганський національний університет ім. Т. Шевченка; 2009. 20 с.
39. Батышев СЯ, редактор. *Энциклопедия профессионального образования: в 3-х т.* Москва: Изд-во Акад. проф. образования, 1999. Т. 2. 440 с.
40. Бауман Х. Система высшего образования в Эстонии. *Alma mater*. 2004;1:33-6.

41. Бегидова СН, Хазова СА. Акмеологический подход в профессиональной подготовке будущих специалистов. *Вестник Адыгейского государственного университета*. Сер. Педагогика и психология. Майкоп; 2008;5:26-31.

42. Безкоровайна ЛВ. До поняття про компетенцію майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2006;8:7-10.

43. Безрукова ММ, Болотов ВА, Глебкова ЛС и др. *Педагогический энциклопедический словарь*; Бим-Бад БМ, редактор. Москва: Большая Российская энциклопедия; 2003. 528 с.

44. Бекузарова НВ, Ермолович ЕВ. Профессиональный портрет выпускника по направлению подготовки «педагогическое образование» с квалификацией (степенью) «бакалавр». *Вестник Томского государственного педагогического университета*. 2012;2(117):83-8.

45. Березовская РА, Борисова ММ, Верещагина ЛА и др. *Позитивная психология менеджмента*: монография; Никифорова ГС, редактор. Москва: Проспект; 2017. 319 с.

46. Берест ОО. Підготовка майбутніх фітнес-тренерів до рекреаційно-оздоровчої діяльності. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2015;129(2):101-4.

47. Берест ОО. Сучасний стан проблеми підготовки фітнес-тренерів. *Вісник Глухівського національного педагогічного університету ім. О. Довженка*. Сер.: Педагогічні науки. 2016;31:113-22.

48. Бесарабчук ГВ. Дослідження теоретико-методологічних основ проблеми контролю готовності учнів ліцеїв військового профілю до служби в армії. У зб.: Єрмаков СС, редактор. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: наукова монографія. Харків: ХДАДМ (ХХІІІ); 2006;10:8-11.

49. Беспалько ВП. Слагаемые педагогической технологии. *Педагогика*. 1989:3169-75.

50. Беставишвили ТГ. *Разумный фитнес. Книга руководителя*. Санкт-Петербург: Изд-во «Нестор-История»; 2011. 536 с.
51. Бех ІД. *Особистісно зорієнтоване виховання*. – Київ: ІЗМН; 1998. 204 с.
52. Белікова НО. Пріоритетні напрями модернізації вищої освіти України на сучасному етапі. *Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя*. Сер.: Психолого-педагогічні науки. 2013;3:161-5.
53. Білодід ІК та ін., редактори. *Словник української мови: в 11 томах*. Київ: Наукова думка, 1970–1980. Т. 4; 1973. 275 с.
54. Блауберг ИВ, Юдин ЭГ. *Становление и сущность системного подхода*. Москва: Наука; 1973. 270 с.
55. Бобрышов СВ. *Методология историко-педагогического исследования развития педагогического знания* [диссертация]. Ставрополь: Северо-Кавказский социальный институт; 2006. 480 с.
56. Боген ММ. *Обучение двигательным действиям*. Москва: Физкультура и спорт; 1985. 192 с.
57. Богуславська О. *Як не загубитися у розмаїтті тренінгових програм* [Інтернет]. 2009 [цитовано 2015 Серп. 16]. Доступно на: <http://www.b17.ru/article/2704/>.
58. Бодалев АА, Каштанова ТР. Теоретико-методологические аспекты изучения эмпатии. *Групповая психотерапия при неврозах*; Карвасарский БД, Мазуренко ВА, редакторы. Ленинград, 1975:11-9.
59. Боднар І, Ігумен В, Линець М. Підготовка фахівців з шейпінгу в умовах ступеневої системи освіти. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2002;2-3:30-2.
60. Божович ЛИ. *Личность и ее формирование в детском возрасте*. Москва: Просвещение; 1968. 464 с.
61. Болотов ВА, Сериков ВВ. Компетентностная модель: от идеи к образовательной парадигме. *Педагогика*. 2003;10:7-13.

62. Боляк АА, Боляк НЛ, Корх-Черба ОВ, Кизім ПМ. *Системний підхід у професійній діяльності тренера з фітнесу*: навч. посіб. Харків: ХДАФК; 2012. 130 с.
63. *Большой энциклопедический словарь (БЭС)* [Интернет]. Академик; 2000 [цитовано 2015 Лип. 3] Доступно на: <http://dic.academic.ru/contents.nsf/enc3p/>.
64. Бондаренко СА. Формирование профессиональной готовности конкурентоспособного специалиста. *Модернизация высшей школы: обеспечение качества профессионального образования*: материалы Всерос. науч.-практ. конф. Барнаул: Изд-во ААЭП; 2004. Ч. 1. 188 с.
65. Борилкевич ВЕ. Фитнес – современное понятие в мировом оздоровительном движении. *Термины и понятия в сфере физической культуры*: материалы первого международного конгресса. Санкт-Петербург: С. Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта; 2006:33-5.
66. Боровикова СА, Водолазская ТП, Дмитриева МА, Корнеева ЛН. *Психологическое обеспечение профессиональной деятельности*: учеб. пособие; Никифоров ГС, редактор. Санкт-Петербург: Изд-во СПбГУ; 1991. 152 с.
67. Бренч СВ. История возникновения и развития нового вида физкультурно-оздоровительной деятельности – фитнес-аэробики. *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. Минск; 2010:39-43.
68. Булыко АН. *Большой словарь иностранных слов*. Изд. 2-е, испр. Москва: Мартин; 2008. 704 с.
69. Бусел ВТ, уклад. і голов. ред. *Великий тлумачний словник української мови* (з дод. і допов.). Київ; Ірпінь: ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.
70. Вартамян ВМ. *Эмпатия в структуре индивидуально-психотипологических особенностей личности* [диссертация]. Ставрополь: Ставропольский государственный университет; 2007. 172 с.

71. Василенко ММ. *Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика*: монографія. – Київ: «Центр учбової літератури»; 2018. 495 с.

72. Василенко ММ. Психологічний профіль фітнес-тренера як підґрунтя для розробки змісту професійної підготовки майбутнього фахівця. У зб.: Лузік ЕВ, Акмалдінова ОМ, редактори. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти України*: Матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф.; 2014 Бер. 20; Київ. Київ: НАУ; 2014:37-8.

73. Василенко ММ, Погонцева ОВ. Аналіз навчальних програм для майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації у вищих навчальних закладах Чехії. У зб.: *Міжнародна діяльність університетів як фактор інноваційного розвитку вищої школи*: Матеріали міжнар. наук.-практ. заочної конф. Маріуполь: МДУ; 2015:154-7.

74. Василенко ММ. Дисципліна «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» як складова змісту підготовки майбутнього фітнес-тренера у вищому навчальному закладі. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2014;10(51)14:8-11.

75. Василенко ММ. Досвід підготовки тренерів з фітнесу в країнах Балтії. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2013;107(1):85-9.

76. Василенко ММ. Доцільність вивчення дисципліни «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» майбутніми фітнес-тренерами». *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення*: Матеріали ІХ Всеук. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів: ЛДУФК; 2014:310-5.

77. Василенко ММ. Зміст стандарту вищої освіти магістрів-майбутніх фітнес-тренерів. У зб.: Макаренко ЛМ, упорядник. *Наукові записки*: зб. наук. статей. М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. пед.ун-т імені

М. П. Драгоманова. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2015;СХХVIII (128):17-24.

78. Василенко ММ, Дутчак МВ. Історичні передумови формування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. У зб.: Тимошенко ОВ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»: зб. наук. праць.* Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2018;3К(97)18:103-7.

79. Василенко ММ, Дутчак МВ. Кваліфікаційна характеристика фітнес-тренера як підґрунтя професійної підготовки в ВНЗ. У зб.: Огаренко ВМ. та ін., редактори. *Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму: зб. тез доповідей V Міжнародної наук.-практ. конф.; 2013 Жовт. 10-11.* Запоріжжя: КПУ; 2013:47-8.

80. Василенко ММ. Компетентнісний підхід до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів: переваги та недоліки. У зб.: Лузік ЕВ, Акмалдінова ОМ, редактори. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти України: Матеріали V Міжнар. наук.-практ. конф.; 2017 Бер. 23.* Київ: НАУ; 2017:37-8.

81. Василенко ММ, Денисова ЛВ. Методологічні підходи до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах. У зб.: Тимошенко ОВ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»: зб. наук. праць.* Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2017;5К(86):55-9.

82. Василенко ММ. Обґрунтування змісту варіативної частини стандарту вищої фізкультурної освіти майбутнього фітнес-тренера. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах: зб. наук. праць.* Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2014;37(90):132-8.

83. Василенко ММ. Обґрунтування підходів до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних

зкладах: філософський та загальнонауковий рівень. *Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку*: мат. XV Міжнар. наук.-практ. конф.; 2017 Квіт. 5-7. Харків: Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна; 2017:80-3.

84. Василенко ММ. Основні положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах. *Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі*: Матеріали III міжн. конгресу; 2017 Трав. 18-21; Одеса. Одеса: Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського; 2017:596-7.

85. Василенко ММ. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах України. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2016;3К2(71)16:59-62.

86. Василенко ММ, Дутчак МВ. Порівняльна характеристика професійної підготовки майбутніх фітнес тренерів у країнах ЄС. У зб.: Кушнірук СГ, редактор. *Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді*: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. Бердянськ: Видавець Ткачук О. В., 2013:114-7.

87. Василенко ММ. Практика професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах Польщі. *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення*: Матеріали X Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів: ЛДУФК; 2016:369-74.

88. Василенко ММ. Результати навчання майбутнього фітнес-тренера в рамках компетентісного підходу. У зб.: Макаренко ЛМ, укладник. *Наукові записки*: зб. наук. статей. М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. пед.ун-т імені М. П. Драгоманова. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2012;CVI(106):28-34.

89. Василенко ММ. Роль та місце дисципліни «Професійна майстерність фітнес-тренера» в процесі підготовки майбутнього фахівця. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2014;3К(44)14:146-9.

90. Василенко ММ. Система вищої освіти майбутніх фітнес-тренерів у Сполучених Штатах Америки. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2012;27(80):494-500.

91. Василенко ММ. Специфіка підготовки майбутніх фітнес-тренерів в Німеччині та Австрії (в порівняльному аспекті). *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2012;26(79):126-31.

92. Василенко ММ. Стан готовності майбутніх фахівців до діяльності у сфері фітнес-індустрії. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2014;39(92):98-103.

93. Василенко ММ. Стан та перспективи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах України. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2015;3 К2(57)15:53-6.

94. Василенко ММ. Становлення системи вищої фізкультурної освіти майбутніх фітнес-тренерів в Україні. *Освітологічний дискурс*. Київ: Київський університет ім. Б. Грінченка, 2016;3(15):30-42.

95. Василенко ММ, Погонцева ОВ. Сучасний стан сформованості готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності в сучасних центрах оздоровчого фітнесу, spa&wellness. *Фізична*

культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. Вінниця: Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського; 2014;18(1):468-74.

96. Василенко ММ. Сучасний стан та проблеми підготовки фітнес-тренерів в США. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків: ХОВНОКУ–ХДАДМ; 2012;11:19-23.

97. Василенко ММ. Сучасні вимоги роботодавців до формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2014;38(91):119-25.

98. Василенко ММ. Тезаурус дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищому навчальному закладі. *ScienceRise: Pedagogical Education*. 2016;8(4):4-10.

99. Василенко ММ. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у США. *Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму*: тези доп. VI Міжнар. наук.-практ. конф.; 2016 Жовт. 20-21. Запоріжжя; 2016:30-2.

100. Василенко ММ. Тенденції розвитку системи освіти майбутніх фітнес-тренерів у Російській Федерації. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2013;4(29):166-70.

101. Василенко ММ, Дутчак МВ. Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес-тренера. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків: ХОВНОКУ; 2013;2:17-22.

102. Ващук Л. Алгоритм побудови індивідуальних фітнес-програм для самостійних занять старшокласниць. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* [Інтернет]. 2016 [цитовано 2017 Трав. 17];2:20-5. Доступно на: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Fvs_2016_2_5.

103. Ващук ЛМ. Передумови розвитку та становлення фітнесу в Україні. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2013;3:7-9.
104. Велединский ВГ, Росенко СИ. Спортивно-оздоровительный сервис: формирование новой учебной дисциплины. *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*. 2007;9(31):28-31.
105. Вербицкий АА. Концепция знаково-контекстного обучения в вузе. *Вопросы психологии*. 1987;5:31-7.
106. Виговська С, Кружаліна Ю. Готовність студентської молоді до сімейного життя у контексті сучасного інформаційного простору. *Вісник Книжкової палати*. 2010;1:46-50.
107. Вишнякова СМ. *Профессиональное образование: Словарь. Ключевые понятия, термины, актуальная лексика*. Москва: НМЦ СПО; 1999. 538 с.
108. Вишпольська ВФ. Застосування кейс-методу у професійній підготовці фахівця з міжнародних економічних відносин. *Педагогічні науки: зб. наук. праць*. 2009;82:26-34.
109. Вітвицька СС. *Основи педагогіки вищої школи: підр. за модульно-рейтинг. сист. навч. для студ. магістратури*. Київ: Центр навч. л-ри; 2006. 384 с.
110. Вітвицька СС. Професіографічний підхід у підготовці майбутніх магістрів освіти в контексті інформаційно-комунікаційних технологій. У зб.: Дубасенюк ОА, редактор. *Теорія і практика професійної майстерності в умовах цілежиттєвого навчання: монографія*. Житомир: Вид-во Рута; 2016:192-222.
111. Владимирова ТН. *Дидактическая концепция профессиональной подготовки журналистов в высшей школе России [диссертация]*. Москва: Военный университет; 2015. 481 с.
112. Владимиров ВН, редактор. *Историческое профессиоведение*. Барнаул: Изд-во Алт. ун-та, 2004. 208 с.
113. Власенко АС. Некоторые вопросы воспитания советского студентства на современном этапе. *Уч. зап. Моск. обл. инст.* Москва; 1971:54.

114. Войнар Ю, Наварецький Д, Глазирін ІД. *Розвиток та сучасні тенденції системи підготовки фахівців з фізичної культури в умовах Євроінтеграції*: монографія. Черкаси: Відлуння-Плюс; 2005. 184 с.

115. Войтко СВ. Ринок інформаційно-комунікаційних технологій: структура та аналіз. *Вісник національного університету «Львівська політехніка»*. Логістика. 2007;594:384-92.

116. Волков КД. *Формирование у будущих специалистов по физической культуре и спорту специальных профессиональных компетенций для работы в оздоровительном фитнесе* [автореферат]. Москва: Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма; 2009. 20 с.

117. Волков ЛВ. Современные требования к профессиональной деятельности тренера детского и юношеского спорта. У зб.: Єрмаков СС, редактор. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: зб. наук. праць. Харків: ХДАДМ (ХХПІ). 2005;10:208-12.

118. Воловик НІ. *Основи оздоровчого фітнесу*: навч. посібник. Київ: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова; 2010. 240 с.

119. Выдрин ВМ. *Введение в специальность*: учеб. пособие. Москва: Физкультура и спорт; 1980. 119 с.

120. Выдрин ВМ. *История и методология науки о физической культуре*: учеб.-метод. пособие. 2-е изд., испр. и доп. Санкт-Петербург; 2006. 151 с.

121. *Выпады. Техника выполнения. Фитнес дома* [Интернет]. YouTube; 2014 Січ. 3 [цитовано 2018 Бер. 9]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=8mcfbskQGgc.

122. Высочина Н. Психологическое обеспечение в многолетней подготовке спортсменов. *Наука в олимпийском спорте*. 2016;4:65-71.

123. *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. Київ: Вид-во Національного університету фізичного виховання і спорту України «Олімпійська література», 2013. 60 с.

124. Герцик МС, Вацеба ОМ. *Вступ до спеціальності галузі «фізичне виховання і спорт»*: підручник. Харків: «ОВС»; 2005. 240 с.

125. Герчанівська ПЕ. *Культурологія: термінологічний словник / П. Е. Герчанівська*. Київ: Національна академія керівних кадрів культури і мистецтв; 2015. 439 с.

126. Гинзбург МР. Психологическое содержание личностного самоопределения. *Вопросы психологии*. 1994;3:18-26.

127. Гиппиус СВ. *Актерский тренинг. Гимнастика чувств*. Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК; 2007. 377 с.

128. Гуло ВЛ, Левківський КМ, Котоловець ЛО, Тимошенко НІ, Погребняк ВП, Гончарова АВ та ін., укладачі. *Методичні рекомендації з розроблення складових галузевих стандартів вищої освіти (компетентнісний підхід)*. Київ: – Інститут інноваційних технологій і змісту освіти МОН України; 2013. 86 с.

129. Гладуш ВА, Лисенко ГІ. *Педагогіка вищої школи: теорія, практика, історія*: навч. посіб. Дніпропетровськ; 2014. 416 с.

130. Гладышев АА. *Формирование индивидуальной образовательной траектории студентов физкультурно-спортивного профиля на основе компетентностного подхода (для специализации в сфере фитнеса)* [диссертация]. Нижневартовск: Нижневартовский государственный университет, 2015. 219 с.

131. Глонь ВЯ. К вопросу о разграничении понятий «Маркетинговая компетентность» и «Маркетинговая компетенция». *Проблемы современной экономики*. 2016;2(58):135-8.

132. Гоглювата НО. *Програмування фізкультурно-оздоровчих занять аквафітнесом з жінками першого зрілого віку* [автореферат]. Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України; 2007. 20 с.

133. Гозман ЛЯ, Кроз МВ, Латинская МВ. *Самоактуализационный тест*. Москва: Российское педагогическое агентство; 1995. 44 с.
134. Головань МС. Компетентнісна модель випускника економічного ВНЗ напряму підготовки «фінанси і кредит». *Проблеми інженерно-педагогічної освіти*: зб. наук. праць. Харків: УПА; 2009;22-23:46-53.
135. Головань МС. Формування змісту професійної підготовки майбутнього фахівця фінансового профілю. У зб.: Хохлова ТС, Хохлов ВО, Ступак ЮО, упорядники. *Стратегія якості у промисловості і освіті*: матеріали VIII Міжнар. конф.; 2012 Черв. 8-15, Варна. Дніпропетровськ-Варна: ДППОпром-ТУ-Варна; 2012;3:202-5.
136. Гончарова Н, Денисова Л, Усиченко В. Використання сучасних інформаційних технологій у сфері оздоровчого фітнесу. *Фізичне виховання, спорт, культура здоров'я в сучасному суспільстві*. 2012;2:163-6.
137. Горбушина ОП. *Психологический тренинг: Секреты проведения*. Санкт-Петербург: Питер; 2008. 176 с.
138. Грабарь МИ., Краснянская КА. *Применение математической статистики в педагогических исследованиях. Непараметрические методы*. Москва: Педагогика; 1977. 134 с.
139. Грабовецький, БЄ. *Методи експертних оцінок: теорія, методологія, напрямки використання*: монографія. Вінниця: «ВНТУ»; 2010. 171 с.
140. Гращенко ЖВ. *Формування професійної компетентності майбутніх тренерів із плавання у процесі вивчення фахових дисциплін* [автореферат]. Київ: Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова; 2015. 22 с.
141. Григорьев ВИ. Динамика развития рынка фитнес-услуг в России. *Актуальные проблемы развития фитнеса в России*: сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. Санкт-Петербург: Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена; 2009:7-15.
142. Григорьев ВИ, Давиденко ДН, Малинин СВ. *Фитнес-культура студентов: теория и практика*: учеб. пособие [Интернет]. Санкт-Петербург:

Изд.-во СПбГУЭФ; 2010 [цитовано 2015 Лют. 4]; 228 с. Доступно на: http://elibrary.fines.ru/materials_files/339503065.pdf.

143. Грицанов АА, Абушенко ВЛ, Евелькин ГМ, Соколова ГН, Терещенко ОВ, составители. *Социология: Энциклопедия* [Интернет]. Мн.: Книжный Дом, 2003. 1312 с. [цитовано 2015 Лип. 26]. Доступно на: <http://slovari.yandex.ru/dict/sociology/>.

144. Гуревич РС. Як визначити рівень професійної компетентності персоналу? *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2011;1:33-7.

145. Гущина НВ. *Формирование профессиональной компетентности будущего тренера по спортивной аэробике в процессе обучения дисциплине "педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование"* [диссертация]. Чебоксары: Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева; 2009. 228 с.

146. Гущина НВ, Назаренко ЛД. *Формирование профессиональной компетентности будущего тренера по спортивной аэробике*. Ульяновск: Федер. агентство по образованию, Ульян. гос. пед. ун-т им. И. Н. Ульянова; 2009. 90 с.

147. Давыдов ВЮ, Коваленко ТГ, Краснова ГО. *Методика преподавания оздоровительной аэробики: учеб. пособие*. Волгоград: Изд-во Волгогр. гос. ун-та; 2004. 124 с.

148. Давыдов ВЮ, Шамардин АИ, Краснова ГО. *Новые фитнес-системы: учеб. пособие*. Волгоград: ВГАФК; 2005. 287 с.

149. Данилко М, Толкач В. Сучасні уявлення про сутність і структуру діяльності тренера. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць. 2010;3(11):21-6.

150. Денисова ЛВ. Хмарні технології в освітньому процесі вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту: стан питання та перспективи застосування. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2014;118(2):35-8.

151. Денисова ЛВ, Хмельницкая ИВ, Харченко ЛА. *Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте*: учеб.пособие; Киев: Олимп.лит-ра; 2008. 127с.

152. Денисова СД, Яскевич ЯС, редакторы. *Биомедицинская этика*: практикум. Минск: БГМУ; 2011. 255 с.

153. Державна національна програма “Освіта”: Україна ХХІ століття. *Освіта*. 1993;44-46:1-13.

154. Деркач АА, редактор. *Акмеологический словарь*. Москва: Изд-во РАГС; 2004. 161 с.

155. Деркач АА, Исаев АА. *Педагогическое мастерство тренера*. Кузьмина НВ, Пуни АЦ, Тарасова АВ, предисловие. Москва: Физкультура и спорт; 1981. 375 с.

156. Деркач АА. *Психология, педагогика и акмеология непрерывного образования*: учеб. пособие; Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ. Москва: Изд-во РАГС; 2006. 250 с.

157. Деркач АА, Исаев АА. *Творчество тренера*. Москва: Физкультура и спорт; 1982. 239 с.

158. Джуринський ПБ. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутніх учителів фізичної культури до оздоровчо-розвивальної діяльності у загальноосвітній школі. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки* [Інтернет]. 2015 [цитовано 2017 Січ. 21];124:148-51. Доступно на: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuP_2015_124_39.

159. Лемак МВ, Петрище ВП, уклад. *Діагностичні методики*: збірник. Ужгород: Видавництво О. Гаркуші; 2011. 616 с.

160. Довгая НА, Довгий ВС. Метод дискуссии-провокации в профессиональной подготовке студентов педагогических специальностей. В сб.: Широков ОН и др., редакторы. *Педагогический опыт: теория, методика, практика*: материалы III Междунар. науч.-практ. конф.; 2015 Июля 31; Чебоксары. Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс»; 2015;2(3):73-5.

161. *Довідник користувача Європейської системи трансферу та накопичення кредитів (ЄКТС)* [Інтернет]. Інститут трансформації суспільства; 2018 [цитовано 2015 Лют. 10]. Доступно на: <http://euroosvita.osp-ua.info/html/ch3/dovidnyk-ekts.html>.

162. *Довідник професійно-кваліфікаційних характеристик професій працівників*. Вип. 85. Спортивна діяльність [Інтернет]. Охорона праці та пожежна безпека в Україні; 2018 [цитовано 2015 Вер. 7]. Доступно на: http://otipb.at.ua/load/dovidniki_kvalifikacijnikh_kharakteristik_profesij_pracivnikov/dovidnik_kvalifikacijnikh_kharakteristik_profesij_pracivnikov_vipusk_85_quot_sportivna_dijalnist_quot_zmini_ta_dopovnennja/32-1-0-1960.

163. Докука СВ. Клиповое мышление как феномен информационного общества. *Общественные науки и современность*. Российская академия наук. Москва: Издательство «Наука»; 2013;2:169-76.

164. Долгова ВИ, Мельник ЕВ, Петрова НМ. Феномен эмпатии в психологических исследованиях. *Научно-методический электронный журнал «Концепт»* [Інтернет]. 2015 [цитовано 2016 Січ. 28];31:86-90. Доступно на: <http://e-koncept.ru/2015/95524.htm>.

165. Дони́на ИА, Ширина ТГ. Маркетинговая компетентность как критерий профессионализма в сфере образования. *Фундаментальные исследования* [Інтернет]. 2014 [цитовано 2016 Бер. 10];5-4:844-8. Доступно на: <https://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=34009>.

166. Дорошенко ЮО, Семенюк НВ. *Сутність теми і зміст педагогічного дослідження* [Інтернет]. 2009 [цитовано 2015 Жовт. 1]. Доступно на: www.kspu.edu/Downloads/it_conf/4/DoroshSemen.doc.

167. Дохикян ЛС. *Сравнительный анализ высшего образования в России и США* [автореферат]. Рязань: Рязанский государственный университет имени С. А. Есенина; 2006. 20 с.

168. Дружинин ВН, Ушакова ДВ, редакторы. *Когнитивная психология: учеб. для вузов*. Москва: ПЕР СЭ; 2002. 480 с.

169. Друзь ІМ. Педагогічна система підготовки фахівців в умовах Болонського процесу. *Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія*. 2011;1:65-70.
170. Дубасенюк ОА. *Теорія і практика професійної виховної діяльності педагога*: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка; 2005. 367 с.
171. Дубовицкая ТД. Диагностика уровня профессиональной направленности студентов. *Психологическая наука и образование*. 2004;2:82-6.
172. Дурай-Новакова КМ. *Формирование профессиональной готовности студентов к педагогической деятельности* [диссертация]. Москва; 1983. 340 с.
173. Дутчак МВ. Класифікація професій у сфері фізичної культури і спорту в Україні: стан та перспективи. *Спортивна наука України*. 2010;2:25-41.
174. Дутчак МВ. *Теоретико-методологічні засади формування системи спорту для всіх в Україні* [автореферат]. Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України; 2009. 38 с.
175. Евтихов ОВ. *Практика психологического тренинга*. Санкт-Петербург: Издательство «Речь»; 2004. 256 с.
176. *Еразмус+Національний Темпус-офіс в Україні* [Інтернет]. Еразмус+Національний Темпус-офіс в Україні; 2018 [цитовано 2018 Бер. 12]. Доступно на: <http://erasmusplus.org.ua>.
177. Ефремова ТФ. *Новый словарь русского языка. Толково-словообразовательный* [Інтернет]. Москва: Русский язык; 2000. [цитовано 2016 Жовт. 23]. Доступно на: <http://www.efremova.info/letter/+tr.html?page=17>.
178. Єжова ОО. Сутність організаційно-педагогічних умов педагогічного процесу. *Психолого-педагогічні науки*. 2014;3:39-43.
179. Ємельянова НЛ. *Підготовка майбутніх вихователів до роботи над засвоєнням старшими дошкільниками народознавчої лексики* [автореферат]. Одеса: Південноукраїнський державний педагогічний університет ім. К. Д. Ушинського; 2003. 20 с.
180. Жмарев НВ. *Управленческая и организаторская деятельность тренера*. Киев: Здоровья; 1980. 144 с.

181. Жуковская НА. Развитие конфликтоустойчивости педагога. *Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика.* 2016;16(2):216-9. DOI: 10.18500/1819-7671-2016-16-2-216-220.

182. Журавлев ВИ. Стандарты в формировании и поддержании профессионализма педагогов. *Проблемы обновления содержания общего образования.* Ростов-на-Дону: РПИ; 1992. 100 с.

183. Журавлев ПВ, Карташов СА, Маусов НК, Одегов ЮГ. *Персонал. Словарь понятий и определений.* Москва: Экзамен; 1999:31-45.

184. Заблоцька ОС. Компетентність, кваліфікація, компетенція як ключові категорії компетентнісної парадигми вищої освіти. *Вісник Житомирського державного університету.* 2008;39:52-6.

185. Завальнюк ОВ. Філософська інтерпретація фітнесу як складової здоров'я та благополуччя людини. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць.* Київ: Видавництво НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2016;3К2(71)16:128-31.

186. Загвоздкин ВК. Роль портфолио в учебном процессе. Некоторые психолого-педагогические аспекты (на основе материалов зарубежных источников). *Педагогическая психология: Психологическая наука и образование.* 2004;4:5-10.

187. Закон України «Про вищу освіту»: від 01.07.2014, № 1556-VII (Редакція станом на 05.09.2017) [Інтернет]. Верховна Рада України; 2017 [цитовано 2017 Лист. 3]. Доступно на: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.

188. Закон України «Про освіту»: від 5.09.2017 р., № 2145-VIII [Інтернет]. Верховна Рада України; 2017 [цитовано 2017 Лист. 3]. Доступно на: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.

189. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (із змінами): від 24.12.1993, № 3808-XII (Редакція станом на 16.02.2018) [Інтернет]. Верховна

Рада України; 2018 [цитовано 2018 Бер. 4]. Доступно на: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.

190. Закусило ОЮ. *Використання тренінгу як інтерактивного процесу у соціальній роботі проблеми педагогічних технологій*: зб. наук. праць. Луцьк: Луцький інститут розвитку людини Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна»; 2010;2:84-8.

191. Занюк СС. *Психологія мотивації*. Київ: Ельга-Н; Ника-Центр; 2001. 352 с.

192. Захаріна ЄА. *Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до позакласної та позашкільної оздоровчо-виховної роботи: теорія та методика*: монографія. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2012. 440 с.

193. Захаріна ЄА. Технології оздоровчого фітнесу в підготовці майбутніх учителів фізичної культури. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2015;42:123-8.

194. Захарова ГВ. *Формирование готовности к межкультурной коммуникации у студентов вуза* [автореферат]. Нижний Новгород: Нижегородский государственный лингвистический университет им. Н. А. Добролюбова; 2009. 20 с.

195. Захарченко ВМ, Луговий ВІ, Рашкевич ЮМ, Таланова ЖВ. *Розроблення освітніх програм: методичні рекомендації*; Кремень ВГ, редактор. Київ: ДП «НВЦ «Пріоритети»; 2014. 120 с.

196. Зверьков АВ, Эйдман ЕВ. *Исследование волевой саморегуляции* [Интернет]. Пси-шпаргалка; 2004 [цитовано 2016 Лист. 8]. Доступно на: <http://psylist.net/praktikum/00417.htm>.

197. Зимняя ИА. Компетентностный подход. Каково его место в системе современных подходов к проблемам образования? (теоретико-методологический аспект). *Высшее образование сегодня*. 2006;8:20-6.

198. Зимняя ИА. Общая культура и социально-профессиональная компетентность человека. *Профессиональное образование*. 2006;2:27-32.

199. Зимняя ИА. *Педагогическая психология*. Ростов на Дону: Феникс; 1997. 480 с.
200. Зінченко ВБ, Усачов ЮО. *Фітнес-технології у фізичному вихованні: навч. посібник*. Київ: НАУ; 2011. 152 с.
201. Зінченко ВО. Тенденції розробки моделі фахівця. *Наукові записки кафедри педагогіки*. Харків; 2011;XXVII:80-90.
202. Золотов МИ, Кузин ВВ, Кутепов МЕ и др. *Менеджмент и экономика физической культуры и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений*. Москва: Академия; 2004. 432 с.
203. Зотова НК. *Педагогическое проектирование образовательных систем в постдипломном образовании* [дисертація]. Оренбург: Оренбургский государственный университет; 2005. 439 с.
204. Зязюн ІА. Концептуальні засади теорії освіти в Україні. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2000;1:12-3.
205. Ибрагимов ГИ. Закономерности и принципы обучения в профессиональной школе. *Казанский педагогический журнал*. 2014;4(105):9-26.
206. Иванова ГП. *Критериальная база современного воспитания* [Интернет]. Учебный портал РУДН; 2009 [цитовано 2016 Лист. 29]. Доступно на: <http://web-local.rudn.ru/web-local/prep/rj/index.php?id=368&p=12673>.
207. Иванова ЕМ. *Психология профессиональной деятельности*. Москва: ПЕР.СЭ; 2006. 382 с.
208. Иващенко ЛЯ, Благий АЛ, Усачев ЮА. *Программирование занятий оздоровительным фитнесом*. Київ: Науковий світ; 2008. 198 с.
209. Игнатъева ЕЮ. *Педагогическое управление учебной деятельностью студентов в современном вузе: монография*. Санкт-Петербург: Изд-во «ЛЕМА»; 2012. 300 с.
210. Ильин ЕП. *Мотивация и мотивы*. Санкт-Петербург: Питер; 2000. 512 с.
211. Ильин ЕП. *Психология воли*. 2-е изд. Санкт-Петербург: Питер; 2009. 368 с.

212. Ильин ЕП. *Психология спорта*. Санкт-Петербург: Питер; 2012. 352 с.
213. Ильина ЕВ, Пытина АА. Самоактуализация как необходимое условие полноценного развития и социализации личности. *Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова*. 2009;3:353-6.
214. Ильичев ЛФ и др., редакторы. *Философский энциклопедический словарь*. Москва: Советская энциклопедия; 1983. 840 с.
215. *Инженерная педагогика*: сб. ст. Москва: Центр инженерной педагогики МАДИ (ГТУ), 2003;4. 300 с.
216. Иванова ЛІ. Концептуальні засади професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт* [Інтернет]. 2015 [цитовано 2016 Січ. 30];129(2):164-7. Доступно на: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2015_129\(2\)__36](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2015_129(2)__36).
217. Иванова ЛІ. *Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я* [автореферат]. Київ: Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова; 2014. 41 с.
218. Иванова С. Вища освіта України як об'єкт впливу глобальних освітніх процесів. *Імідж учасного педагога*. 2013;6:9-11.
219. Ігнатюк ОА. Особливості підготовки сучасних фахівців у системі вищої професійної освіти США. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2011;1:58-64.
220. Ігнатюк ОА. Проблема професійного самовизначення особистості: теоретичний аспект. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. Миколаїв; 2006;46:89-93.
221. Ігнатюк ОА. Професіоналізм особистості як об'єкт вивчення: системний підхід. *Проблеми інженерно-педагогічної освіти*: зб. наук. праць. Харків: УПА; 2006;12:241-7.

222. Інформаційні матеріали соціологічного дослідження «Реформування вищої освіти» [Інтернет]. Київ: Фонд «Демократичні ініціативи», Фірма «Юкрейніан соціолоджі сервіс»; 2015. [цитовано 2016 Черв. 28]. Доступно на: <http://dif.org.ua>.

223. Каган МС. *Системный подход и гуманитарное знание*. Ленинград: ЛГУ; 1991. 384 с.

224. Каиров ИА, Петров ФН, редакторы. *Педагогическая энциклопедия* в 4-х т. Москва: Советская энциклопедия; 1968. 876 с.

225. Калашников ДГ. *Построение учебных программ повышения квалификации специалистов фитнес-клубов* [автореферат]. Москва: Московский государственный областной университет; 2005. 37 с.

226. Каленюк ИС, Куклин ОВ. *Развитие высшего образования и экономика знаний*: монографія. Киев: Знання; 2012. 343 с. (Современная наука).

227. Калинин ВК. На путях построения теории воли. В сб.: Брушлинский АВ, Шустиков ВС, Анцыферова ЛИ, редакторы. *Психологический журнал*. 1989;10(2):46-56.

228. Калицкий ЭМ. *Трансформация профессионального образования в современном обществе*. Минск: РИПО; 1997. 113 с.

229. Калінічева Г. Вища освіта України в контексті сучасних цивілізаційних змін. *Українознавчий альманах*. 2014;17:146-9.

230. Кан-Калик ВА. *Педагогическая деятельность как творческий процесс: Исследование субъектно-эмоциональной сферы творческого процесса педагога*. Грозный: Чеч.-Инг. кн. изд-во; 1976. 288 с.

231. Карпей Э. *Энциклопедия фитнеса*; Котельникова М, пер. с англ. Москва: ФАИР-ПРЕСС; 2003. 361 с.

232. Карпюк ІО. Вивчення проблеми формування професійної компетенції майбутніх спеціалістів у сучасній освіті. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2010;1:172-6.

233. Кипнис МШ. *Тренинг лидерства*. Москва: Ось-89; 2008. 144 с.

234. Кібальник ОЯ. Зміст фітнес-технології для підвищення рухової активності підлітків. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2009;2:42-6.

235. Клопов РВ. *Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту із застосуванням інформаційних технологій: теорія і практика*: монографія; Сисоєва СО., редактор. Запоріжжя: Вид-во Запорізького нац. ун-ту; 2010. 386 с.

236. Коберник О. Проективна педагогіка і національна школа. *Шлях освіти*. 2000;1:7-9.

237. Коваленко ВО, Сорокіна ОА. Психологічна компетентність фітнес-тренера. *Наукові здобутки студентів Інституту людини Київського університету імені Бориса Грінченка* [Інтернет]. 2017 [цитовано 2018 Трав. 7]; 1(7). Доступно на: <http://studscientist.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/view/118/167>.

238. Коваль ТІ, Сисоєва СО, Сущенко ЛП. *Підготовка викладачів вищої школи: інформаційні технології у педагогічній діяльності*: навч.-метод. посібник. Київ: Вид. центр КНЛУ; 2009. 380 с.

239. Ковальчук МО. Особливості створення навчального мультимедійного курсу. *Молодий вчений* [Інтернет]. 2015 [цитовано 2015 Лист. 26];9(24)1:156-9. Доступно на: <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2015/9/35.pdf>.

240. Кокурн ОМ, Пішко Ю, Лозінська НС, Копаниця ОВ, Герасименко МВ, Ткаченко ВВ. *Збірник методик діагностики лідерських якостей курсантського, сержантського та офіцерського складу*: метод. посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ; 2012. 433 с.

241. Колесникова ІА. О феномене педагогического мастерства. *Интегрированные основы педагогического мастерства*: сб. материалов межвузов. и науч.-практ. конф. Санкт-Петербург: Каро; 1996. 87 с.

242. Колкер ЯМ, Устинова ЕС. Речевые способности: как их формировать? *Воспитание в школе*. 2010;4:30-3.

243. Колледж бодибилдинга и фитнеса им. Б. Вейдера [Интернет]. – Режим доступа: <http://www.cbb.ru/index>.

244. Кондрашова ЛВ. *Методика подготовки будущего учителя к педагогическому взаимодействию с учащимися*: учеб. пособие для студ. пединститутов. Москва, 1990. 784 с.

245. Коновальчук І. І. Сутність та властивості інноваційної педагогічної системи. *Нові технології навчання*: наук.-метод. зб. Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України, Академія міжнародного співробітництва з креативної педагогіки. Київ. Вінниця; 2011;67(1):89-93.

246. Корносенко О. К. Система професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах [автореферат]. Полтава: Полтав. нац. пед. ун-т ім. В. Г. Короленка; 2018. 40 с.

247. Корносенко ОК. Організаційно-методичні аспекти підготовки майбутнього фітнес-тренера. *Витоки педагогічної майстерності*: зб. наук. праць. Полтавський національний педагогічний університет ім. В. Г. Короленко, 2016;18:153-60.

248. Корносенко ОК. Специфіка й функції професійної діяльності фітнес-тренера. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2015;129(2):174-5.

249. Корносенко ОК, Даниско ОВ. Упровадження крокового тренажера-симулятора у процес професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури [Интернет]. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2017 [цитовано 2017 Груд. 21];58(2):98-107. Доступно на: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ITZN_2017_58_2_12.

250. Король АН, Хлынов СА. Услуги: определение и классификация [Интернет]. *Электронное научное издание «Ученые заметки ТОГУ»*. 2014 [цитовано 2015 Лип. 4];5(4):1323-8. Доступно на: http://pnu.edu.ru/media/ejournal/articles-2014/TGU_5_357.pdf.

251. Коротков ЭМ. *Исследование систем управления*. Москва: ООО Изд.-консалт. предприятие «Дека»; 2003. 336 с.

252. Корх АЯ. *Тренер: деятельность и личность: учебное пособие*. Москва: Terra-Спорт; 2000. 120 с.

253. Корх-Черба ОВ. Основні напрями реалізації системного підходу у професійній діяльності майбутнього фітнес-тренера. *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;3К1(56):192-5.

254. Кочерова МВ. Сущность, цель и задачи подготовки студентов к развитию социальной активности младших школьников. *Известия Рос. гос. пед. у-та им. А. И. Герцена*, 2008;74(2):147-52.

255. Кошелева НГ. *Методологічні засади професійної освіти: навч. посібник для студ. денної та заоч. форм навч. інж.-пед. спец.; ННППІ Укр. інж.-пед. акад. Артемівськ: [Б. в.], 2015. 125 с.*

256. Кошечко НВ. Інноваційні освітні технології навчання та викладання у вищій школі. *Педагогіка*. 2015;1(1):35-8.

257. Кошечко НВ. *Методика викладання у вищій школі: навч. посібник*. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя; 2013. 115 с.

258. Краевский ВВ. Методологические основы построения теории содержания общего среднего образования и ее основные проблемы. В кн.: Краевский ВВ, Лернер ИЯ, редакторы. *Теоретические основы содержания общего среднего образования*. Москва: Педагогика; 1983:40-59.

259. Кремень ВГ, Ткаченко ВМ. Компетентісний принцип освіти: «навчитися жити разом». У зб.: Кремень ВГ, Сухомлинська ОВ, Бех ІД та ін. *Розвиток сучасної освіти: освітологічні наголоси: мат. I Всеукр. наук.-практ. конференції «Освітологія – науковий напрям інтегрованого пізнання освіти»*. Київ: КУ ім. Б. Гринченка; 2011:4-32.

260. Кремень ВГ. Якісна освіта як вимога ХХІ століття. *Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти*. 2007;15-16(19-20):3-10.

261. Кричевский ВЮ. *Профессиограмма директора школы. Проблемы повышения квалификации руководителей школ*. Москва: Педагогика; 1987. 478 с.

262. Круглова ТЭ. К вопросу о роли преподавателя в системе высшего профессионального образования. *Вестник Балтийской педагогической академии*. 2007;74:88-92.

263. Круглова ТЭ, Смирнов СИ. Подготовка специалистов для сферы фитнес-услуг. В кн.: Утишева ЕВ, Закревская НГ, редакторы. *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. Санкт-Петербург: Изд-во «Стратегия будущего»; 218-24.

264. Круцевич Т, Зайцева М. Інноваційні процеси у сфері підготовки та перепідготовки кадрів з фізичної культури. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2005;4:41-4.

265. Круцевич ТЮ, Андреева ОВ, Благій ОЛ. Ретроспектива підготовки кадрів з рекреації. *Спорт. медицина*. 2009;1-2:3-7.

266. Крушельницька ЯВ. *Фізіологія і психологія праці*: підручник. Київ: КНЕУ; 2003. 367 с.

267. Крылова АН. Особенности образовательной деятельности высших учебных заведений и их влияние на управленческий учет затрат. *Проблемы и перспективы экономики и управления*: материалы междунар. науч. конф.; 2012 Апр.; Санкт-Петербург. Санкт-Петербург: Реноме; 2012:133-42.

268. Крысин ЛП. *Современный словарь иностранных слов*. Москва: АСТ-ПРЕСС КНИГА; 2012. 416 с.

269. Крысько В. *Словарь-справочник по социальной психологии*. Санкт-Петербург: «Питер»; 2003. 416 с.

270. Кудря ММ. *Педагогічні засади збереження національної ідентичності вищої освіти України в контексті глобалізації* [дисертація]. Житомир: Житомирський державний університет ім. І. Франка; 2012. 193 с.

271. Кузьмина НВ, Софьина ВН. *Акмеологическая концепция развития профессиональной компетентности в вузе*: монографія. Санкт-Петербург: Центр стратегических исследований; 2012. 200 с.

272. Кузьмина НВ, Пожарский СД, Паутова ЛЕ. *Акмеология качества профессиональной деятельности специалиста*: монографія. Санкт-Петербург: Коломна; Рязань; 2008. 327 с.

273. Кузьмина НВ. *Критерии оценки педагогических систем деятельности педагогов и учащихся. Методы системного педагогического исследования*. Ленинград: Изд-во ЛГУ; 1980:19-27.

274. Кузьмина НВ, Григорьева ЕА, Якунин ВА. *Методы системного педагогического исследования*: учеб. пособие. Ленинград, 1980. 172 с.

275. Кузьмина НВ. *Предмет акмеологии*. Санкт-Петербург: Политехника; 2002. 189 с.

276. Кузьмина НВ. *Профессионализм деятельности преподавателя и мастера производственного обучения профтехучилища*. Москва: Высш. шк.; 1989. 167 с.

277. Кулакова МВ. *Формування готовності до професійної діяльності в майбутніх фахівців у вищих морських навчальних закладах* [дисертація]. Одеса: Південноукраїнський державний педагогічний університет ім. К. Д. Ушинського; 2006. 225 с.

278. Курлянд ЗН. *Педагогіка вищої школи*. Київ: Знання; 2007. 399 с.

279. Лаврухина ГМ. *Основные направления инновационной деятельности в рамках физкультурного образования как социальной проблемы. Теория и практика управления образованием и учебным процессом: педагогические, социальные и психологические проблемы* [сб. науч. трудов]. Санкт-Петербург: БПА; 2007;74:88-120.

280. Левицкий ВВ. Анализ путей совершенствования специалистов по фитнесу. *Олімпійський спорт і спорт для всіх: тези доп. ІХ Міжднар. наук. конгресу*. Київ; 2005:913.

281. Левицкий ВВ. Кадровое обеспечение сферы оздоровительного фитнеса в зарубежных странах. *Наука в олимпийском спорте*. 2011;3:72-84.

282. Левицкий ВВ. Методология подготовки специалистов по оздоровительной физической культуре. *Наука в олимпийском спорте*. 2000;[спец. вып.]:84-93.

283. Левицкий В. Організація професійного навчання фахівців з оздоровчого фітнесу. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2004;2:169.

284. Левченкова ТВ. Структура и содержание педагогической компетентности специалистов в области детского фитнеса. *Pedagogical Journal*. 2017;7(3A):231-41.

285. Леонтьев АН. *Деятельность. Сознание. Личность*. 2-е изд. Москва: Политиздат; 1977. 304 с.

286. Леонтьев ДА. *Методика изучения ценностных ориентаций*. Москва: Смысл; 1992. 17 с.

287. Леонтьев ДА. *Самоактуализация как... Ответы критике, самокритика и эволюция воззрений Маслоу* [Интернет]. Psychology online.net; 2008. [цитовано 2016 Лют. 24]. Доступно на: <http://www.psychology-online.net/articles/doc-973.html>.

288. Лернер ИЯ. *Дидактические основы методов обучения*. Москва: Педагогика; 1981. 186 с.

289. Лисицкая ТС, Сиднева ЛВ. *Аэробика. Теория и методика*: [в 2 т.]. Москва: Федерация аэробики России; 2002. Т. 1. 232 с.

290. Лисицкая ТС, Кувшинникова АВ. Система подготовки специалистов по аэробике. *Теория и практика физической культуры*. 2003;12:34-8.

291. Литвинова КВ. *Психологические условия развития профессионально значимых лидерских качеств аспирантов – будущих преподавателей вуза*

[диссертация]. Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет; 2014. 251 с.

292. Лихачев БГ. *Педагогика*. Москва; 1992. 464 с.

293. Лубышева ЛИ, Магин ВА. *Инновационные технологии в профессиональной подготовке спортивного педагога*. Москва: Теория и практика физической культуры; 2005. 191 с.

294. Луговая ОМ. *Педагогические условия формирования профессиональной готовности специалистов по социальной работе с военнослужащими и членами их семей (на материалах Ставропольского края)* [диссертация]. Ставрополь: Ставропольский государственный университет; 2004. 192 с.

295. Луговий ВІ. Європейська концепція компетентнісного підходу у вищій школі та проблеми її реалізації в Україні. *Педагогіка і психологія*. 2009;2:13-25.

296. Луговий ВІ. Модернізація вищої освіти України в контексті Болонського процесу: проблеми сьогодення. *Педагогічна і психологічна науки в Україні*: зб. наук. праць до 15-річчя АПН України у 5 т. Київ: Педагогічна думка, 2007. Т. 4: Педагогіка і психологія вищої школи:18-28.

297. Лянной ЮО. *Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх магістрів з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах* [автореферат]. Київ: Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова; 2017. 44 с.

298. Маврина ИА, Мотышева АА. Проектирование системы критериальных оценок эффективности деятельности профессиональных объединений педагогов как субъектов развития образовательного учреждения. *Прикладная психология и психоанализ*. 2006;4:46-57.

299. Магин ВА. Контекст модернизации высшего профессионального физкультурного образования. *Теория и практика физической культуры*. 2005;4:39-41.

300. Магин ВА. *Модернизация высшего профессионального образования в области физической культуры*: монография. Москва: Илекса; 2006. 340 с.
301. Майерс Д. *Социальная психология*. Санкт-Петербург: Питер; 2011. 800 с.
302. Макаренко В. Критерії сформованості фахових компетентностей майбутніх лікарів у процесі природничо-наукової підготовки. *Витоки педагогічної майстерності*. 2016;18:188-94.
303. Макарова ОЮ. Критерии и показатели оценки эффективности функционирования воспитательной системы вуза. *Fundamental research*. 2013;1:348-51.
304. Максимова ВН. Акмеология: новое качество образования. *Завуч*. 2004;3:2-23.
305. Мала ТВ. Професійна компетентність, як ключове поняття в процесі підготовки майбутніх фахівців з книжкового дизайну. *Вісник Луганського національного університету ім. Т. Шевченка. Педагогічні науки*. 2013;10(2):97-105.
306. Малхазов ОР. *Психологія праці*: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури; 2010. 208 с.
307. Малышева МА. Современные технологии обучения и их роль в образовательном процессе. В кн.: Малышева МА, редактор. *Современные технологии обучения в вузе (опыт НИУ ВШЭ в Санкт-Петербурге)*: метод. пособие. Санкт-Петербург: Отдел оперативной полиграфии НИУ ВШЭ; 2011. 134 с.
308. Маркелов ВИ. *Взаимосвязь показателей самоактуализации и индивидуально-личностных свойств у студентов* [автореферат]. Москва; 2013. 23 с.
309. Маркова АК. Психологический анализ профессиональной компетентности учителя. *Советская педагогика*. 1990;8:82-8.
310. Маркова АК. *Психология профессионализма*. Москва: Международный гуманитарный фонд “Знание”; 1996. 312 с.

311. Матушанский Г, Фролов А. Модели подготовки и профессиональной деятельности специалиста. *Высшее образование в России*. 2003;4:92-5.

312. *Международный симпозиум «Историческое профессиоведение: профессии и труд в российской истории»* [Интернет]; 2006 Окт. 16; Москва. Москва: МГУ; 2006 [цитовано 2014 Окт. 12]. Доступно на: <http://occupations.asu.ru/?q=node/5>.

313. Менхин АВ. *Рекреативно-оздоровительная гимнастика: учеб. пособие*. Москва: Физическая культура; 2007. 160 с.

314. Милова ЮВ, Вольф ТВ. Профессионально важные качества фитнес-инструкторов и их успешность. *Научный альманах. Психологические науки*. 2016;6-1(20):566-9. DOI: 10.17117/na.2016.06.01.566.

315. Минияров ВМ, Бубнова ЛМ. Характеристика компонентов, составляющих педагогическую готовность будущих специалистов технического профиля к профессиональной педагогической деятельности. *Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований* [Интернет]. 2015 [цитовано 2016 Груд. 22];11(1):98-101. Доступно на: <https://www.applied-research.ru/ru/article/view?id=7681>.

316. Мирошников АБ, Нестеров ПВ. Диалектиктический подход в профессиональной деятельности персонального фитнес-тренера. *Современность как предмет исследования: материалы III республ. с междунар. участием науч. конф.*; 2010 Март 19-20. Малаховка; 2010:34-42.

317. Мудрик АВ. *Учитель: мастерство и вдохновение*. Москва: Просвещение, 2006. 160 с.

318. Муравьев ГВ. Методологические подходы исследования проблемы профессиональной направленности курсантов морского вуза. *Аспекты и тенденции педагогической науки: материалы I Междунар. науч. конф.*; 2016 Дек.; Санкт-Петербург. Санкт-Петербург: Свое издательство; 2016:191-6.

319. Назаренко ЛД, Гущина НВ. Моделирование профессиональной подготовки тренера по спортивной аэробике. *Теория и практика физической культуры*. 2006;7:15-8.

320. Наказ Міністерства праці та соціальної політики № 336 від 29.12.2004 р. «Про затвердження Випуску I «Професії працівників, що є загальними для всіх видів економічної діяльності» Довідника кваліфікаційних характеристик професій працівників» [Інтернет]. Міністерство праці та соціальної політики України; 2004 [цитовано 2016 Черв. 22]. Доступно на: <http://www.uazakon.com/big/text15/pg1.htm>.

321. Наказ МОН № 665 від 01.06.13 р. «Про затвердження кваліфікаційних характеристик професій (посад) педагогічних та науково-педагогічних працівників навчальних закладів» [Інтернет]. Міністерство освіти і науки України; 2013 [цитовано 2016 Черв. 22]. Доступно на: <http://osvita.ua/legislation/other/37302/>.

322. Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта [Інтернет]. 2018 [цитовано 2017 Лют. 24]. Доступно на: <http://lesgaft.spb.ru>.

323. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [Інтернет]. Указ Президента України №42/2016 від 09.02.2016 р.; 2016 [цитовано 2016 Квіт. 12]. Доступно на: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016/print1465286153060829>.

324. Національний класифікатор України ДК 003:2010 (із змінами, затвердженими наказом Міністерства економічного розвитку і торгівлі України № 923 від 16 серпня 2012 р.) [Інтернет]. Державний комітет України з питань технічного регулювання та споживчої політики; 2012 [цитовано 2016 Черв. 22]. Доступно на: https://hrliga.com/index.php?module=norm_base&op=view&id=433.

325. Національний освітній глосарій: вища освіта. Бабин П, Болюбаш ЯЯ, Гармаш АА та ін., укладники.; Табачник ДВ, Кремень ВГ, редактори. Київ: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди»; 2011. 100 с.

326. Ничкало НГ. Неперервна професійна освіта: міжнародний аспект. У зб.: Сисоєва СО, Романовський ОГ, редактори. *Творча особистість у системі неперервної професійної освіти*. Матеріали Міжнар. наук. конф. Харків: ХДПУ; 2000:54-80.
327. Ничкало НГ, редактор. *Професійна освіта: словник: навч. посіб.* Київ: Вища школа; 2000. 380 с.
328. Ніколаєв Є, Длугопольський О. *Реформа вищої освіти України: реалізація профільного закону в 2014–2016 рр. (Shadow Report)* [Інтернет]. 2016 [цитовано 2017 Жовт. 13]. Доступно на: <http://parlament.org.ua/wp-content/uploads/2016/12/HE-shadow-report-final.pdf>.
329. *Новейший словарь иностранных слов и выражений*. Москва: ООО «АСТ»; 2002. 976 с.
330. Новик ИБ. *О философских вопросах кибернетического моделирования*. Москва: Знание; 1964. 293 с.
331. Новиков ДА. *Статистические методы в педагогических исследованиях (типовые случаи)*. Москва: МЗ-Пресс; 2004. 67 с.
332. Огаренко ВМ, хова ЖД. *Соціологія праці*. Київ: Центр навчальної літератури; 2005. 304 с.
333. Ожегов СИ. *Толковый словарь русского языка*. Москва: Гос. изд-во иностр. и нац. словарей; 1960. 900 с.
334. Озеров ВП, Соловьева ОВ. *Диагностика и формирование познавательных способностей*. Ставрополь: Сервисшкола; 1999. 112 с.
335. Оліяр М. Закономірності та принципи процесу формування комунікативно-стратегічної компетентності майбутніх учителів початкових класів. *Гірська школа українських Карпат*. 2015;12-13:215-9.
336. Ортинський ВЛ. *Педагогіка вищої школи: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.* Київ: Центр учбової літератури; 2009. 472 с.
337. Осыченко МВ. Фитнес как главный компонент формирования здорового образа жизни студенческой молодежи. *Вестник АПК Ставрополя*. 2012;4:14-7.

338. Павлік ОБ. *Професійно-педагогічна підготовка майбутніх перекладачів до використання офіційно-ділового мовлення 2004 року* [автореферат]. Хмельницький: Національна академія державної прикордонної служби України ім. Б. Хмельницького; 2004. 20 с.

339. Павлюк ЄО. *Теоретичні і методичні засади професійного становлення майбутніх тренерів-викладачів у процесі фахової підготовки* [дисертація]. Хмельницький: Хмельницький національний університет; 2017. 629 с.

340. Панина ТС, Вавилова ЛН. *Современные способы активизации обучения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений*. Панина ТС, редактор. 4-е изд., стер. Москва: Издательский центр «Академия»; 2008. 176 с.

341. Петренко ЛМ. *Організація самостійної навчальної діяльності студентів: курс лекцій*. Ірпінь: Національний університет ДПС України; 2007. 140 с.

342. Петренко НВ. Самоактуалізація та самореалізація особистості у філософсько-освітньому дискурсі. *Науково-теоретичний і громадсько-політичний альманах «ГРАНІ»*. 2016;7(135):52-7. Doi:10.15421/171633.

343. *Пилатес. Треніровка* [Інтернет]. YouTube; 2015 Лют. 2 [цитовано 2018 Бер. 7]. Доступно на: <https://www.youtube.com/watch?v=s1LIjf7MrXA>.

344. Пищик ВИ. Типология ментальности советских и постсоветских поколений. *Российский психологический журнал*. 2010;3(7):18-23.

345. Платонов ВМ, Булатова ММ. *Фізична підготовка спортсмена*. Київ: Олімпійська література; 1995. 320 с.

346. Платонов ВН. Актуальные проблемы высшей школы и пути перестройки физкультурного образования. *Теория и практика физической культуры*. 1990;4:5-10.

347. Полковникова ТА. Портфолио как образовательная технология: из опыта работы. *Современные технологии обучения в вузе (опыт НИУ ВШЭ в Санкт-Петербурге)*: метод. пособие. Санкт-Петербург: Отдел оперативной полиграфии НИУ ВШЭ; 2011:123-33.

348. Пономарева ГН, редактор. *Актуальные проблемы развития фитнеса в России*. Сб. материалов Всерос. научно-практ. конф.; 2009; Санкт-Петербург: Изд-во РГПУ им. Л. И. Герцена; 2009. 260 с.

349. Пономарьов ВО. *Формування професійно-педагогічної компетентності майбутнього тренера з атлетичної гімнастики у процесі фахової підготовки* [автореферат]. Запоріжжя; 2010. 20 с.

350. Пономарьов ОС. *Модель спеціаліста як джерело вибору та обґрунтування змісту професійної освіти: текст лекції*. Харків: НТУ «ХПІ»; 2006:10.

351. Попова (Смолик) СЮ, Пронина ЕВ. *Кейс-стади: принципы создания и использования*. Тверь: Изд-во «СКФ-офис»; 2015. 114 с. Серия «Технологии работы с молодежью».

352. Приступа Є, Музика Ф. Сучасний стан підготовки кадрів для сфери оздоровчого фітнесу. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*. 2017;7(89):19-22.

353. *Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року* [Інтернет]. Постанова Кабінету Міністрів України № 115 від 1 березня 2017 р.; 2017 [цитовано 2017 Лип. 2]. Доступно на: <https://www.kmu.gov.ua/ua/pras/249793397>.

354. П'ятницька ДВ. Аналіз форм організації навчального процесу майбутніх фітнес-тренерів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2016;47:322-8.

355. Разуванов ВМ. *Совершенствование физкультурного образования на основе реализации современных тенденций развития высшей школы* [автореферат]. Минск; 2004. 23 с.

356. Райзберг БА, Лозовский ЛШ, Стародубцева ЕБ. *Современный экономический словарь*. 5-е изд. Москва: ИНФРА-М; 2007. 495 с.

357. Рапацевич ЕС, сост. *Психолого-педагогический словарь*. Минск: Современ. слово; 2006. 928 с.

358. Рашкевич ЮМ. *Болонський процес та нова парадигма вищої освіти*: монографія. Львів: Львівська політехніка; 2014. 168 с.

359. Ретивых МВ. Инновационные технологии обучения в вузе: концептуальные основы, педагогические средства, формы и виды. *Вестник Брянского государственного университета*. Брянск: Издательство Брянского государственного университета им. академика И. Г. Петровского; 2015:61-5.

360. Реутова ЕА. *Применение активных и интерактивных методов обучения в образовательном процессе вуза*: метод. рекоменд. для препод. Новосибирского ГАУ. Новосибирск: Изд-во НГАУ; 2012. 58 с.

361. Рогова ЕМ. Особенности организации процесса обучения на основе кейс-метода. *Современные технологии обучения в вузе (опыт НИУ ВШЭ в Санкт-Петербурге)*: метод. пособие. Санкт-Петербург: Отдел оперативной полиграфии НИУ ВШЭ; 2011:25-44.

362. Рожков ПА. Развитие физической культуры и спорта – приоритетное направление социальной политики государства. *Теория и практика физ. культуры*. 2002;1:2-8.

363. Росенко СІ, Велединский ВГ. Спортивно-оздоровительные услуги: своеобразие в контексте сервисной деятельности. *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*. 2014;12(118):181-6.

364. Ростова ВА, Ступкина МО. *Оздоровительная аэробика*. Москва: Физкультура и спорт; 2003. 156 с.

365. Рубин Б, Колесников Ю. *Студент глазами социологов*. Ростов-на-Дону: Издательство Ростовского университета; 1968. 38 с.

366. Рудестам К. *Групповая психотерапия*. 2-е межд. изд. Санкт-Петербург: Питер; 2006. 384 с.

367. Рудик ПА. *Психология воли спортсмена*. Москва, 1989. С. 25.

368. Руднева ЛВ, Шепеленко СА, Фролов АЮ. Дополнительные образовательные программы на факультете физической культуры: опыт и перспективы. *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; 2016:311-4.

369. Русаков ЮТ. *Развивающая образовательная среда колледжа как фактор формирования готовности студентов к профессиональной деятельности* [автореферат]. – Магнитогорск: Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова; 2006. 40 с.

370. Рутин ЮВ. Професійна самоактуалізація особистості. *Актуальні проблеми психології*. 2016;45(Том І: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія):162 с.

371. Рыбковский АГ, Светова АО. *Организация управления в спортивной тренировке* [Интернет]. Донецк: Друк-Инфо; 2007;1:119-31. [цитовано 2016 Трав. 3]. Доступно на: www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?

372. Рыжаков МВ. Ключевые компетенции в стандарте образования: возможности реализации. *Стандарты и мониторинг*. 1999;4:20-3.

373. Рябчиков МЛ, Борисенко ДВ. Проблематика аналізу практичної ефективності впровадження інформаційно-комунікаційних навчальних технологій. *Проблеми інженерно-педагогічної освіти*. 2013;40-41:151-5.

374. Савенков АИ. *Содержание и организация исследовательского обучения школьников*. Москва: Сентябрь; 2003. 204 с.

375. Савинов ДВ, Фоменко ТС, Иванов СВ, Щур ЕЮ. *Веревочный курс: от простого к сложному*. Київ: Факт; 2007. 176 с.

376. Сайкина ЕГ, Смирнова ЮВ. Актуализация профессиональной подготовки специалистов по фитнесу в высших учебных заведениях в условиях новых образовательных стандартов. *Современные проблемы науки и образования* [Интернет]. 2015 [цитовано 2016 Серп. 2];3. Доступно на: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=17499>.

377. Сайкина ЕГ. *Концептуальные основы подготовки специалистов по фитнесу в современных социокультурных условиях*: монография. Санкт-Петербург: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена; 2007. 393 с.

378. Сайкина ЕГ. Обоснование подготовки специалистов по фитнесу в высших учебных заведения. *Актуальные проблемы развития фитнеса в России*: сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. Санкт-Петербург: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена; 2009:16-23.

379. Сайкина ЕГ, Лобанов ЮЯ, Смирнова ЮВ. Условия успешного функционирования системы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры при подготовке специалистов по детскому фитнесу. *Современные проблемы науки и образования* [Интернет]. 2017 [цитовано 2017 Груд. 28];6. Доступно на: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=27134>.

380. Сайкина ЕГ. *Фитнес в системе дошкольного и школьного физкультурного образования* [диссертация]. Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена; 2009. 580 с.

381. Сатикова СВ. Технология проведения круглого стола по теме «Организационная культура как мультидисциплинарный объект изучения». *Современные технологии обучения в вузе (опыт НИУ ВШЭ в Санкт-Петербурге)*: метод. пособие. Санкт-Петербург: Отдел оперативной полиграфии НИУ ВШЭ; 2011:110-23.

382. Сватъев АВ, Бескоровайная ЛВ. Теоретические аспекты подготовки будущих специалистов физического воспитания и спорта к профессиональной деятельности в высших учебных заведениях. *Вісник Запорізького національного університету*. 2009;1:108-13.

383. Сватъев АВ. Особливості підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту до професійної діяльності у вищих навчальних закладах. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2014;35(88):519-25.

384. Сватъев АВ. Особливості теоретичної підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності. *Наукові записки Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія: Педагогічні та історичні науки*. 2014;118:213-20.

385. Сватъєв АВ. *Теоретичні і методичні засади підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності* [дисертація]. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2013. 571 с.
386. Свістельник І. Інноваційні процеси в інформаційній діяльності ВНЗ фізкультурного профілю. *Молода спортивна наука України*. 2014;4:132-5.
387. Свістельник ІР. Вища фізкультурна освіта та її інформаційне забезпечення: 80-ті роки ХХ століття (повідомлення перше). *Теорія та методика фізичного виховання*. 2010;1:7-10.
388. Свістельник ІР. Вища фізкультурна освіта: тенденції інформаційного розвитку. *Теорія і методика фізичного виховання*. 2007;4:8-10.
389. Свістельник ІР. Розвиток вищої фізкультурної освіти та її інформаційного забезпечення у 90-х роках ХХ століття. *Теорія і методика фізичного виховання*. 2011;6:3-6.
390. Селевко Г. Компетентности и их классификация. *Народное образование*. 2004;4:138-43.
391. Селевко ГК. *Современные образовательные технологии: учеб. пособие*. Москва: Народное образование; 1998. 256 с.
392. Семиченко ВА. Проблеми і пріоритети професійної підготовки. *Педагогічний дискурс*. 2007;1:119-27.
393. Семиченко ВА. *Психологические основы профессиональной подготовки студентов вуза: учеб. пособие*. Полтава: Полтавский государственный педагогический институт им. В. Г. Короленко; 1989. 86 с.
394. Семиченко ВА. *Психологія педагогічної діяльності: навч. пос.* Київ: Вища школа; 2004. 335 с.
395. Сенашенко ВС, Медникова ТБ. Компетентностный подход в высшем образовании: миф и реальность. *Прикладные исследования и разработки. Высшее образование в России*. 2014;5:37-45.
396. Сергеева ТБ. *Словарь-справочник по философии для студентов лечебного, педиатрического и стоматологического факультетов*. Ставрополь: Изд-во СтГМА; 2009. 161 с.

397. Сергійчук О, Сембрат А. Педагогічні аспекти реалізації особистісно орієнтованого підходу в навчальному процесі ВНЗ. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи* [Інтернет]. 2014 [цитовано 2016 Лип. 4];48:39-46. Доступно на: http://library.udpu.org.ua/library_files/psuh_pedagog_probl_silsk_shkolu/48/6.pdf.

398. Сердюк ОП. Особистісно орієнтоване навчання: вища школа – концептуальна модель. *Освіта*. 2003;16:10.

399. Середенко ПВ. *Развитие исследовательских умений и навыков младших школьников в условиях перехода к образовательным стандартам нового поколения*: монографія. Южно-Сахалинск: Изд-во СахГУ; 2014. 208 с.

400. Сериков ВВ. *Общая педагогика: избранные лекции*. Волгоград: Перемена; 2004. 114 с.

401. Сиднева ЛВ. *Формирование профессиональных знаний и умений проведения занятий по базовой аэробике у студентов высших физкультурных учебных заведений* [автореферат]. Москва: Российская государственная академия физической культуры; 2000. 27 с.

402. Сидоренко Е. В. *Методы математической обработки в психологии*. Санкт-Петербург: ООО «Речь»; 2000. 350 с.

403. Сингина НФ. *Особенности педагогической подготовки тренера в системе высшего физкультурного образования* [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1991. 24 с.

404. Сисоєва СО. *Інтерактивні технології навчання дорослих*: навч.-метод. посібник; НАПН України, Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих. Київ: ВД «ЕКМО»; 2011. 324 с.

405. Сисоєва СО. Педагогічні технології: коротка характеристика сутнісних ознак. *Педагогічний процес: теорія і практика*: зб. наук. пр. 2006;2:127-31.

406. Скаткин МН. *Проблемы современной дидактики*. 2е изд. Москва: Педагогика; 1984. 96 с.

407. Скибицкий ЭГ, Толстова ИЭ, Шефель ВГ. *Методика профессионального обучения: учеб. пособие*. Новосибирск: НГАУ; 2008. 166 с.
408. Скопненко ОІ, Цимбалюк ТВ, уклад. *Сучасний словник іншомовних слів: близько 20 тис. слів і словосполучень*. НАН України. Ін-т мовознавства ім. О. О. Потебні. Київ: Довіра; 2006. 789 с.
409. Скотт П. Глобализация и университет. *ВВШ «Alma Mater»*. 2000;4:3-8.
410. Слостенин ВА. Доминанта деятельности. *Народное образование*. 1998;9:41-2.
411. Слостенин ВА, Исаев ИФ, Шиянов ЕН. *Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений*; Слостенин ВА, редактор. Москва: Изд. центр «Академия»; 2002. 576 с.
412. Слостенин ВА. *Формирование личности учителя советской школы в процессе профессиональной подготовки*. Москва: Просвещение; 1976. 160 с.
413. Слобожанінов ПА. Теоретико-методологічні аспекти використання сучасних комп'ютерних програм у сфері оздоровчого фітнесу. *The scientific heritage*. 2016;7(7):52-4.
414. Слобожанінов ПА. *Формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій [дисертація]*. Київ: Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова; 2017. 288 с.
415. *Словарь иностранных слов*. 18-е изд. Москва: Русский язык; 1989. 247 с.
416. Смирнов СИ. *Организационно-педагогические факторы управления сферой фитнес-услуг [диссертація]*. Санкт-Петербург: Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта; 2013. 191 с.
417. Смирнова ЕА. *Пути формирования модели специалиста с высшим образованием*. Ленинград: Изд-во Ленинград. ун-та; 1977. 136 с.

418. Собянин ФИ. *Профессиональная подготовка учителей физической культуры на основе культурологического подхода* [автореферат]. Санкт-Петербург: Санкт-Петербургская государственная академия физической культуры им. П. Ф. Лесгафта; 2002. 53 с.

419. *Современный словарь иностранных слов. Около 20000 слов*. Москва: Русский язык; 1993. 295 с.

420. Соловьева ОВ. *Психология лидерства: учеб. пособие*. Ставрополь: Изд-во СГУ; 2008. 248 с.

421. Станкин МИ. *Профессиональные способности педагога. Акмеология воспитания и обучения: кн. для учителей школ, препод. ссузов и вузов*. Москва: Флинта; 1998. 368 с.

422. Старинська НВ. *Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки*. Київ: Інтерсервіс; 2015. 178 с.

423. Стародубцев МП. *Современные педагогические технологии: сущность, классификация, условия реализации. Актуальные вопросы психологии, педагогики и образования: сб. науч. трудов по итогам междунар. науч.-практ. конф.; Самара; 2015;2:144-7.*

424. Столяренко АМ. *Психология и педагогика*. Москва: ЮНИТИ-ДАНА; 2002. 423 с.

425. Столярчук ОА. Самоактуалізація як чинник становлення особистості майбутнього фахівця. *Innovative Solutions in Modern Science*. 2017;4(13):129-39.

426. *Стратегія реформування вищої освіти в Україні до 2020 року* (Проект). [Інтернет]. Київ: Міністерство освіти і науки; 2014 [цитовано 2016 Лип. 25]. Доступно на: http://old.mon.gov.ua/img/zstored/files/HE%20Reforms%20Strategy%011_11_2014.pdf.

427. *Стратегія сталого розвитку «Україна–2020»* [Інтернет]. Указ Президента України № 5/2015 від 12.01.2015 р.; 2015 [цитовано 2015 Лип. 26]. Доступно на: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/5/2015>.

428. Субетто АИ. *Теория фундаментализации образования и универсальные компетенции (ноосферная парадигма универсализма)*. Санкт-Петербург: Астерион; 2010. 556 с.

429. Суходольский ГВ. *Структурно-алгоритмический анализ и синтез деятельности*. Ленинград: Издательство Ленинградского университета; 1976. 120 с.

430. Сущенко ЛП. *Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах* [автореферат]. Київ: Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова, 2003. 46 с.

431. Тарасенко ВИ. *Компетентностная подготовка студентов к профессиональной деятельности тренера по спортивным танцам* [диссертация]. Челябинск: Уральский государственный университет физической культуры; 2016. 170 с.

432. Татур ЮГ. Компетентность в структуре модели качества подготовки специалистов. *Высшее образование сегодня*. 2004;3:20-6.

433. Твеліна АО. *Формування спеціальних рухових навичок майбутніх вчителів фізичної культури засобами фітнесу* [дисертація]. Київ: Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова; 2012. 207 с.

434. Тверезовська НТ, Сидоренко ВК. *Методологія педагогічного дослідження: навч. посіб.* Київ: Центр учбової літератури; 2013. 440 с.

435. *Тезаурус ЮНЕСКО* [Интернет]. UNESCO; 2018 [цитовано 2018 Січ. 21]. Доступно на: <http://databases.unesco.org/thesru/>.

436. Теличко НВ. Професійна компетентність як базова основа педагогічної майстерності вчителя початкових класів. *Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія: Педагогіка, психологія, філософія*. 2014;199(1):376-83.

437. Терещенко НМ. *Формування у підлітків готовності до самоосвіти в умовах модульного навчання* [автореферат]. Київ: Інститут педагогіки АПН України; 2000. 20 с.

438. *Техника скандинавской ходьбы и ошибки* [Інтернет]. YouTube; 2016 Окт. 20 [цитовано 2018 Бер. 3]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=Z6Tu_xIWXU.

439. Тимошенко ОВ. *Теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури у вищих навчальних закладах* [автореферат]. Київ: Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова; 2009. 38 с.

440. *Тлумачний словник з інформаційно-педагогічних технологій* [Інтернет]. 2014 [цитовано 2015 Січ. 30]. Доступно на: <http://posibnyku.vstu.vinnica.ua/slovník/1.htm>.

441. *Толковый словарь русского языка* [Інтернет]. 2014 [цитовано 2016 Лип. 24]. Доступно на: <http://tolkru.com/>.

442. Томіліна ЮІ. *Програмування занять пілатесом з жінками першого зрілого віку* [дисертація]. Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України; 2017. 216 с.

443. Троцько ГВ. *Теоретические и методические основы подготовки студентов к воспитательной деятельности в высших учебных заведениях* [автореферат]. Киев: Институт ПППО, 1997. 54 с.

444. Туркот ПІ. *Педагогіка вищої школи: навч. посібн.* [Інтернет]. Київ: Кондор; 2011. 628 с. [цитовано 2016 Вер. 2]. Доступно на: http://pidruchniki.com/13680808/pedagogika/pedagogika_vischoyi_shkoli

445. Тюгашев ЕА. Социокультурный подход: эпистемологический статус и содержание. В сб.: Удальцова МВ, редактор. *Социальные взаимодействия в транзитивном обществе*. Новосибирск: НГАЭиУ; 2011; XIII: 8-25.

446. Тюленєв ГД. Завдання вищого навчального закладу у сучасному суспільстві. *Вісник східноукраїнського національного університету ім. В. Даля*. 2012; 11(182): 1:483-93.

447. *Универсальный генератор кроссвордов* [Інтернет]. 2011 [цитовано 2011 Лист. 15]. Доступно на: <http://students.univologda.ac.ru/pages/pm97/paa/CROSSGEN/generator.html>.

448. Утишева ЕВ, Закревская НГ, редакторы. *Традиции и инновации российского высшего образования в сфере физической культуры: опыт транскультурного ориентирования*: монография. Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. Санкт-Петербург: Изд-во «Стратегия будущего»; 2011. 274 с.

449. *Уроки Zumba Fitness: базовые шаги* [Интернет]. YouTube; 2014 Лип. 24 [цитовано 2018 Бер. 16]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=r9orVrGK48o.

450. Фатеев ВА. Формирование готовности будущего учителя физической культуры к реализации личностно ориентированного подхода. *Физическая культура*. 2007;6:63-5.

451. *Федерация фитнес-аэробики* [Интернет]. 2018 [цитовано 2018 Квіт. 30]. Доступно на: <http://www.fitness-aerobics.ru/ru/education/>.

452. Федорчук ВМ. *Тренінг особистісного зростання*: навч. посібник. Київ: ЦУЛ; 2014. 250 с.

453. Федотова ГА, Игнатъева ЕЮ. *Профессионально-ориентированные технологии обучения в высшей школе*: учеб. пособие. Великий Новгород: НовГУ им. Я. Мудрого; 2010. 104 с.

454. Фетискин НП, Козлов ВВ, Мануйлов ГМ. *Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп*. Москва: Изд-во Института Психотерапии; 2002. 490 с.

455. Фиалова Л, Быховская И, Мразек Й. Физкультурное образование в Центральной и Восточной Европе: социологический анализ. *Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы*: тез. докл. Междунар. конгр. Москва; 1998. Т. 1:189.

456. *Фитнес-индустрия растет* [Интернет]. Информационно новостной сайт Латвии; 2016 [цитовано 2016 Серп. 26]. Доступно на: <http://pribalt.info/abc.php?month=4&news=125>.

457. Фіненко ОЮ. Професійне навчання: конкурентоспроможність та перспективи розвитку в умовах інтелектуалізації економіки. У зб.:

Міропольська МА, Капченко ЛМ, Алексеева АВ, Савченко НВ, упорядники. *Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання населення*: зб. наук. праць III Всеукр. наук.-практ. конф. Київ: ІПК ДСЗУ; 2008:447-50.

458. Фіненко ОЮ. Сучасні світові тенденції розвитку теоретико-методичних аспектів професійної підготовки. *Соціально-трудова відносина: теорія та практика*: зб. наук. праць. Київ: КНЕУ ім. В. Гетьмана. 2015;1(9):237-42.

459. Франкл В. *Человек в поисках смысла: Сборник*; Леонтьев ДА, Папуш МП, Эйдман ЕВ, пер. с англ. и нем. Москва: Прогресс; 1990. 368 с.

460. Хазова СА. *Развитие конкурентоспособности специалистов по физической культуре и спорту в процессе профессиональной подготовки*: монографія. Майкоп: Адыгейский государственный университет; 2011. 371 с.

461. Халина КД, Капустина ТВ. Коммуникативные способности как фактор успешного общения. *Молодой ученый* [Інтернет]. 2017 [цитовано 2018 Лют. 4];6:209-13. Доступно на: <https://moluch.ru/archive/140/39460/>.

462. Химинець В. *Компетентнісний підхід до професійного розвитку вчителя* [Інтернет]. Закарпатський інститут післядипломної педагогічної освіти; 2010 [цитовано 2015 Жов. 23]. Доступно на: <http://zakinpro.org.ua/2010-01-18-13-44-15/233-2010-08-25-07-10-49>.

463. Хоружа ЛЛ. Компетентнісний підхід в освіті: ретроспективний погляд на розвиток ідеї. *Педагогічна освіта: теорія і практика*: зб. наук. праць. Київ: КМПУ ім. Б. Д. Грінченка; 2007:178-83.

464. Хоули ЭТ, Френкс БД. *Оздоровительный фитнес*. Киев: Олимпийская литература; 2000. 367 с.

465. Хрусталева ТМ. *Психология способностей*: учеб. Пермь: ПГГПУ; 2013. 180 с.

466. Хрящева НЮ, редактор. *Психогимнастика в тренинге*. Санкт-Петербург: Речь, Институт тренинга; 2006. 256 с.

467. Хуторской АВ. *Методика личностно-ориентированного обучения: Как обучать всех по-разному?: пособие для учителя*. Москва: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС; 2005. 383 с.

468. Царькова ОВ. *Формирование готовности будущего техника к решению инновационных производственных задач* [автореферат]. Оренбург; 2009. 36 с.

469. Целуйко ВМ. *Психологические основы педагогического общения*. Москва: «ВЛАДОС»; 2007. 242 с.

470. *Центр підготовки кадрів фітнес індустрії «SUMMIT»* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2018 Бер. 12]. Доступно на: <http://www.fitness-aerobics.ru/ru/education/>.

471. Чешко ЛА, редактор. *Словарь синонимов русского языка*. Москва: Русский язык; 1986. 600 с.

472. Чорнобай ВГ. Професійна компетентність та її складові. *Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія: Педагогіка, психологія, філософія*. 2014;199(1):409-13.

473. Чудакова ВП. Алгоритм проведення, аналізу, обробки та інтерпретації результатів дослідження «самоактуалізації». *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2015;3(34):45-59.

474. Чучалин АИ. Американская и Болонская модели инженера: сравнительный анализ компетенций. *Вопросы образования*. 2007;1:84-93.

475. Шаталов ВФ. Учить всех, учить каждого. В кн.: Баженова ИИ, сост. *Педагогический поиск*. Москва: Педагогика; 1989. 560 с.

476. Шевченко АМ, Яворовський ОП, редактори. *Гігієна праці*. Вінниця: Нова книга; 2005. 528 с.

477. Шестакова ЕВ. Формирование системы подготовки квалифицированного персонала сферы фитнес индустрии на основе профессионального стандарта. *Российское предпринимательство*. 2017;18(16):2377-88. Doi: 10.18334/rp.18.16.38222.

478. Шилова МИ. *Учителю о воспитанности школьников*. Москва: Педагогика; 1992. 144 с.

479. *Школа фітнес-інструктора "FITNESSERVICE"* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 25]. Доступно на: <http://www.fitnesservice.ua/>.

480. Шутова СЕ, Медзик ЕА. Особенности проявления волевых качеств у студентов разных спортивных специализаций, влияющих на успешность их соревновательной деятельности. *Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в сучасних умовах*: матеріали I Міжнар. наук.-практ. конф. Дніпропетровськ; 2015:371-6.

481. Щербань П. Застосування ігрових технологій в освіті: історія і перспективи. *Витоки педагогічної майстерності*. 2014;13:286-91.

482. Эбзеев ММ. *Отрасль «физическая культура» в условиях рыночной экономики и подготовка будущих работников к решению её задач в процессе вузовского обучения* [автореферат]. Майкоп: Адыгейский государственный университет; 2009. 57 с.

483. Эйдельман ЛЛ. К вопросу об истории возникновения и развития фитнеса. *Фитнесс: 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. Санкт-Петербург; 2006:47-51.

484. Эльконин ДБ. *Избранные психологические труды*. Москва: Педагогика; 1989. 380 с.

485. Эрл РВ, Бехль ТР, редакторы. *Основы персональной тренировки*. Андреев И, пер. с англ. Київ: Олимпийская литература; 2012. 724 с.

486. Юдин ЭГ. *Системный подход и принцип деятельности. Методологические проблемы современной науки*. Москва: Наука; 1978. 391 с.

487. Якиманская ИС. *Технология личностно-ориентированного обучения в современной школе*. Москва: Сентябрь; 2000. 176 с.

488. Яковлев ЕВ, Яковлева НО. *Педагогическая концепция: методологические аспекты построения*. Москва: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС; 2006. 239 с.

489. Яременко ВВ, Сліпущко ОМ, укладачі. *Новий тлумачний словник української мови*. Київ: Вид-во «Аконіт»; 2001. Том 2. Ж-О. 911 с.

490. *About EREPS* [Інтернет]. EREPS; 2018 [цитовано 2018 Бер. 25]. Доступно на: www.ereps.eu/about.asp.

491. *Active IQ* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 25]. Доступно на: <http://activeiq.co.uk/qualifications>.

492. *Aqua warm up~DJ Francis turn it up* [Інтернет]. YouTube; 2017 Серп. 17 [цитовано 2018 Бер. 13]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=stlzqgoAs1k.

493. *Aqua Fitness Aqua Aerobics exercise with Marietta Mehanni Noodle shallow pendulum* [Інтернет]. YouTube; 2018 Січ. 2 [цитовано 2018 Бер. 6]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=8s-pgKSmks4.

494. *AEHESIS* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 2]. Доступно на: www.aehesis.com.

495. *Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 12]. Доступно на: <http://www.awf.gda.pl/>.

496. *Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 12]. Доступно на: <http://www.awf.krakow.pl/>.

497. *Akademia Wychowania Fizycznego J. Piłsudskiego w Warszawie* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 12]. Доступно на: awf-bp.edu.pl

498. *Akademia Wychowania Fizycznego m. Jerzego Kukuczki w Katowicach* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 12]. Доступно на: <http://awf.katowice.pl/uczelnia/turystyka-i-rekreacja/studia-ii-stopnia>.

499. *Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 12]. Доступно на: <http://www.awf.poznan.pl>.

500. *Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 12]. Доступно на: <http://www.awf.wroc.pl/pl/index>.

501. *Anglia Ruskin University* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 15].
Доступно на: www.anglia.ac.uk/study/undergraduate/sports-science.
502. *Association of American Colleges and Universities* [Интернет]. 2018
[цитовано 2016 Вер. 25]. Доступно на: <http://www.aacu.org>.
503. *Association of Universities and Colleges of Canada* [Интернет]. 2018
[цитовано 2016 Жов. 25]. Доступно на: www.aucc.ca.
504. *Ausbildung-fitnesstrainer* [Интернет]. 2018 [цитовано 2017 Трав. 14].
Доступно на: <http://www.der-fitnessberater.de/ausbildung-fitnesstrainer.html>.
505. *Australian College of Physical Education* [Интернет]. 2018 [цитовано
2016 Жов. 28]. Доступно на: <http://www.acpe.edu.au>.
506. *Australian Correspondence Schools distance education* [Интернет]. 2018
[цитовано 2016 Жов. 28]. Доступно на: <http://www.acsedu.com/>.
507. *Australian Fitness Academy* [Интернет]. 2014 [цитовано 2016 Вер. 15].
Доступно на: <http://afa-elearning.mywisenet.com.au/>.
508. *Australian Institute of Fitness* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 15].
Доступно на: <http://fitness.edu.au/>.
509. *Australian Qualification Framework* [Интернет]. [цитовано 2016 Вер.
15]. Доступно на: <http://www.aqf.edu.au/>.
510. Bennis W. *On Becoming a Leader*. N. Y.: Addison Wesley; 1989/1994.
65-9.
511. *Board of certification* [Интернет]. 2017 [цитовано 2017 Жовт. 29].
Доступно на: http://www.bocatac.org/index.php?option=com_content&view=article&id=24&Itemid=26.
512. *BSA* [Интернет]. BSA Akademie; 2018 [цитовано 2017 Груд. 2].
Доступно на: <http://www.bsa-akademie.de/>
513. *Cambridge dictionaries. Trainer* [Интернет]. 2016 [цитовано 2017 Лип.
26]. Доступно на: <http://dictionary.cambridge.org/ru/словарь/английский/trainer>.
514. *Cambridge Regional College* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 15].
Доступно на: <http://www.camre.ac.uk>.

515. *Canberra Institute of Technology* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 22]. Доступно на: cit.edu.au/.

516. *Careerplanner. Fitness trainers and instructors* [Интернет]. 2018 [цитовано 2017 Вер. 5]. Доступно на: <https://job-outlook.careerplanner.com/Fitness-Workers.cfm>.

517. *Central YMCA Qualifications (CYQ)* [Интернет]. YMCA Awards; 2018 [цитовано 2018 Лют. 25]. Доступно на: www.ymcaawards.co.uk.

518. *City and guilds* [Интернет]. 2018 [цитовано 2017 Вер. 13]. Доступно на: <http://www.cityandguilds.com/qualifications-and-apprenticeships#fil=uk>.

519. *Coastal Carolina Community College* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Жовт. 3]. Доступно на: <http://www.coastalcarolina.edu/>.

520. *Columbia University in the City of New York* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Лист. 13]. Доступно на: <http://www.columbia.edu/content/faculty-staff.html>.

521. *Continual professional development* [Интернет]. 2018 [цитовано 2017 Серп. 29]. Доступно на: <https://www.cipd.co.uk/cpd>.

522. Cotton R. Personal Trainers as Professionals. *American College of Sports Medicine*. 19 Sept. 2013.

523. *Crossword 1.4* [Интернет]. 2009 [цитовано 2011 Лист. 7] Доступно на: <http://softobzor.com.ua/product.php?id=327>.

524. *Crossword Compiler* [Интернет]. 2018 [цитовано 2011 Лист. 1]. Доступно на: www.softsoft.ru/gamesentertainment/puzzle-word-games/47607.htm.

525. *Crossword Forge* [Интернет]. 2018 [цитовано 2011 Лист. 7] Доступно на: <http://www.softsoft.ru/education/teachingtraining-tools/10799.htm>.

526. *Crossword Set 1.01* [Интернет]. 2009 [цитовано 2011 Лист. 7]. Доступно на: <http://softobzor.com.ua/product.php?id=331>.

527. Dalleck LC, Kravitz L. The history of fitness. *IDEA Health and Fitness Source*. 2002;20(2):26-33.

528. *Deakon of University* [Интернет]. 2018 [цитовано 2014 Лист. 16] Доступно на: www.deakin.edu.au/.

529. *Decalion 1.2* [Інтернет]. 2009 [цитовано 2011 Лист. 7]. Доступно на: <http://softobzor.com.ua/product.php?id=332>.

530. *Deloitte. Life sciences and healthcare* [Інтернет]. Deloitte Ireland LLP; 2018 [цитовано 2016 Вер. 25]. Доступно на: www2.deloitte.com/ie/en/industries/life-sciences-and-healthcare.

531. *Deutsche fitnesslehrer vereinigung e.V.* [Інтернет]. Deutsche Fitnesslehrer Vereinigung; 2017 [цитовано 2017 Серп. 7]. Доступно на: http://www.dflv.de/Fitnesstrainer__16.html.

532. *Deutsche Sporthochschule* [Інтернет]. Deutsche Sporthochschule Köln; 2018 [цитовано 2016 Лист. 1]. Доступно на: <https://www.dshs-koeln.de/wps/portal>.

533. *Deutscher fitness & aerobic verband* [Інтернет]. DFAV; 2018 [цитовано 2016 Вер. 25]. Доступно на: <http://www.dfav.de>.

534. Developing the professional skills of the future sports instructors in accordance with the EQF. *Ceres, Italian Report of the Leonardo Partnership. Project EST-2009-1-RO1-LEO04-03036* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 25]. Доступно на: up2europe.eu/european/projects/developing-the-professional-skills-of-the-future-sports-instructors-in-accordance-with-the-eqf_120442.html.

535. *DISCO: Dictionary of Skills and Competencies* [Інтернет]. 3s Unternehmensberatung; 2018 [цитовано 2014 Груд. 8]. Доступно на: <http://www.disco-tools.eu>.

536. Earle R. *NSCA's essentials of personal training*. NSCA Certification Commission; 2004. P. 162, 617.

537. *Eesti Olümpiakomitee (EOK)* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2017 Трав. 7]. Доступно на: www.eok.ee.

538. *E-learning courses* [Інтернет]. E-learning fitness; 2018 [цитовано 2015 Квіт. 2]. Доступно на: www.elearningfitness.eu.

539. *Empressr* [Інтернет]. 2012 [цитовано 2014 Лип. 9]. Доступно на: <http://www.empressr.com>.

540. *EuropeActive* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2017 Січ. 14]. Доступно на: <http://europeactive.eu>.

541. *European qualifications framework* [Інтернет]. EuropeActive Standards; 2018 [цитовано 2015 Вер. 17]. Доступно на: ehfa-standards.eu/es-EQF.
542. *Fitnessa Mācību Centrs "Sport"* [Інтернет]. Latvijas Fitnessa Federācija; 2018 [цитовано 2015 Жов. 23]. Доступно на: <http://fitnes.lv/lv>.
543. *Fitness Connect UA* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2017 Квіт. 3]. Доступно на: <http://www.fitnessconnect.com.ua>.
544. *Fitness Institute of Technology* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2015 Лип. 13]. Доступно на: <http://www.fitnessinstituteoftechnology.com/aboutFIT.html>.
545. *Fitness trainer career advice* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2015 Лип. 18]. Доступно на: <http://www.careers-guide.com/job-choices/fitness-instructor.htm>.
546. Gambetta V. *Athletic development: the art and science of functional sports conditioning*. Champaign, IL: Human Kinetics; 2007. P. 11.
547. Gardner H. *Five minds for the future*. Boston, MA: Harvard Business School Press; 2007. P. 1-151.
548. Gearity B. Coach as unfair and uncaring: A phenomenological study of ethics in the coach-athlete dyad. *J Study Sports Athlete Educ.* 2012;6:173-200.
549. George AM. The magical number seven, plus or minus two. *The Psychological Review.* 1956;63:81-97.
550. *Gimnastica aerobica in acqua* [Інтернет]. YouTube; 2013 Лист. 2 [цитовано 2018 Бер. 13]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=4AE2MIKU7T8.
551. Gonzalez D. Blended learning offers the best of both worlds. *Essential Teacher.* 2005;2(4):42-5.
552. *Grant MacEwan University* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2015 Вер. 29]. Доступно на: www.macewan.ca.
553. *Hamburg Recabic Institut* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2015 Вер. 29]. Доступно на: <http://www.der-fitnessberater.de/ausbildung-fitnesstrainer.html>.
554. *Haridus-ja Teadusministeerium* [Інтернет]. [цитовано 2015 Вер. 29]. Доступно на: <https://www.hm.ee/et/tegevused/uuringud-ja-statistika>.

555. Hyatt C, Gottlieb L. *When smart people fail*. NY: Simon and Schuster; 2009. p. 104-8.
556. *Industry research division* [Интернет]. 2018 [цитовано 2014 Жовт. 9]. Доступно на: <http://www.ibisworld.com>.
557. *International Career Institute* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Лист. 19]. Доступно на: <http://ici.edu.au/>
558. *International standard classification of education* [Интернет]. UNESCO Institute of Statistics; 2018 [цитовано 2016 Трав. 14]. Доступно на: uis.unesco.org/Education/.../international-standard-classification-of-education.aspx.
559. *ISCO-08 Structure* [Интернет]. International Labour Organization; 2018 [цитовано 2016 Вер. 25]. Доступно на: www.ilo.org/public/english/bureau/stat/isco/isco08/index.htm
560. *IST. Studieninstitut* [Интернет]. 2018 [цитовано 2015 Лист. 24]. Доступно на: <http://www.ist.de/fitness/>
561. *Kingston University London* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Лист. 13]. Доступно на: <http://www.kingston.ac.uk/undergraduate-course/sport-science/>.
562. *La Trobe University* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 26]. Доступно на: www.latrobe.edu.au/.
563. *Latvijas Rep ublikas Izglītības likums* [Интернет]. 2018 [цитовано 2015 Жовт. 30]. Доступно на: <http://www.likumi.lv/doc.php?id=67960>.
564. *Latvijas Sporta federāciju padome* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Трав. 13]. Доступно на: <http://www.lsfp.lv/32/>.
565. *Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Лип. 31]. Доступно на: <http://www.lspa.lv/rus/>.
566. *Lietuvos sporto universiteto (LSU)* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Серп. 16]. Доступно на: <http://www.lsu.lt/fakulteta>.
567. *LR Švietimo ir mokslo* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Серп. 27]. Доступно на: <http://www.smm.lt/>.

568. Macnamara A, Collins D. Do mental skills make champions? Examining the discriminant function of the psychological characteristics of developing excellence questionnaire. *Journal of sports sciences*. 2013;31(7):36-44.

569. Malek MN, Nalbon DP, Berger DE, Coburn JW. Importance of health science education for personal fitness trainers. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 2002;16(1):19-24.

570. *Masarykova Univerzita* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Серп. 28]. Доступно на: www.muni.cz.

571. Maxwell J. *Leadership Gold*. Nashville, TN: Thomas Nelson; 2008. P. 1-19.

572. *National Association of Career Colleges (NACC)* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 16]. Доступно на: nacc.ca.

573. *National board of fitness examiners* [Интернет]. 2018 [цитовано 2017 Жовт. 17]. Доступно на: <http://www.noca.org/ncca/accredorg.htm>.

574. *National Commission for Certifying Agencies – NCCA* [Интернет]. [цитовано 2015 Жовт. 19]. Доступно на: <http://www.noca.org/ncca/accredorg.htm>.

575. *National Personal Training Institute* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Серп. 30]. Доступно на: <http://nationalpti.edu/training-programs/personal-training-courses-outline/>.

576. Nemes MI. *Aqua aerobics with noodles, cayman islands* [Интернет]. YouTube; 2015 Лист. 15 [цитовано 2018 Бер. 16]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=re-egB7vR_Q.

577. *Nipissing University* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Лист. 15]. Доступно на: www.nipissingu.ca.

578. Noodle Core Mix [Интернет]. YouTube; 2015 Лист. 11 [цитовано 2018 Бер. 16]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=nU2Puxcg4nk.

579. *NSCA-CPT Job Analysis Committee: NSCA-CPT content description manual*. Lincoln, NE: NSCA Certification Commission; 2001.

580. *Occupational outlook handbook. Fitness trainers and instructors* [Интернет]. Bureau of Labor Statistics, US Department of Labor; 2012-13 ed.

[ЦИТОВАНО 2014 Черв. 10]. Доступно на: <http://www.bls.gov/ooh/personal-care-and-service/fitness-trainers-and-instructors.htm>.

581. *Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Stanisława Pigoń w Krośnie* [Інтернет]. 2018 [ЦИТОВАНО 2016 Вер. 25]. Доступно на: <http://www.pwsz.krosno.pl/program-kształcenia/plany-studiow-wf/>.

582. Patrickson J. Analysis of the state of the art and synthesis of e-learning courses. *Elearning Fitness (eLF) Project Study Report D2.4*. London; Oct. 2011.

583. Patrickson J, Marnoch JA. Analysis of the state of the art and synthesis of pilot registers. *E-learning Fitness (eLF) Project Study Report D2.5*. London; Oct. 2011.

584. Petry K, Froberg K, Madella A. *Thematic network project AEHESIS: report of the first year*. Cologne: German Sport University; 2004. 244 p.

585. *Pilates in the water - Water Pilates* [Інтернет]. YouTube; 2013 Трав. 17 [ЦИТОВАНО 2018 Бер. 3]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=S7ayd8nVeV4.

586. *Premier training international* [Інтернет]. 2018 [ЦИТОВАНО 2015 Трав. 15]. Доступно на: <http://www.premierglobal.co.uk/home/>.

587. *Prezi* [Інтернет]. 2018 [ЦИТОВАНО 2017 Лют. 18]. Доступно на: <http://www.prezi.com/>.

588. *Qualifications and credit framework: requirementshttps* [Інтернет]. 2018 [ЦИТОВАНО 2017 Лют. 22]. Доступно на: www.gov.uk/government/collections/qualifications-and-credit-framework-requirements.

589. *Recruitment & employment confederation* [Інтернет]. 2018 [ЦИТОВАНО 2015 Вер. 30]. Доступно на: <https://www.rec.uk.com/>.

590. *Register of exercise professionals* [Інтернет]. [ЦИТОВАНО 2015 Лист. 9]. Доступно на: www.exerciseregister.org/.

591. *Rīgas Stradiņa universitāte* [Інтернет]. 2018 [ЦИТОВАНО 2016 Вер. 14]. Доступно на: <http://www.rsu.lv/fakultates/liepajas-filiale/studiju-programmas>.

592. Rohde M. *The Sketchnote Handbook: the illustrated guide to visual note taking*. USA: Peachpit Press; 2012. 224 p.

593. *Sandhills college* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Черв. 4]. Доступно на: <http://www.sandhills.edu/programs/physfit/HealthFitnessScience-2012-13.pd>.

594. *Scottish Credit and Qualifications Framework* [Интернет]. 2018 [цитовано 2015 Трав. 19]. Доступно на: <http://www.sqa.org.uk/files>.

595. Sharkey B, Gaskill S. *Fitness & health*. Champaign, IL: Human Kinetics, 2006. 429 p.

596. *Southampton solent applied sport science* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Трав. 2]. Доступно на: www.solent.ac.uk/courses/2016/undergraduate/applied-sport-science-bsc/course-details.aspx.

597. *State board of community colleges North Carolina community college system* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Лист. 25]. Доступно на: <http://www.nccommunitycolleges.edu/>.

598. Stogdill RM. *Handbook of leadership*. N.Y., L.: Free Press; 1974. 613 p.

599. *Sutherland College* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Жовт. 18]. Доступно на: <https://www.tafensw.edu.au/>

600. *Tallinna Ülikool* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Жовт. 19]. Доступно на: <http://www.tlu.ee/>.

601. *Tartu Ülikooli kehakultuuriteaduskonda* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 7]. Доступно на: <http://www.kk.ut.ee/et/sisseastumine>.

602. *Technischer Überwachungsverein* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Серп. 3]. Доступно на: <http://www.tuv-sud.com/industry/sports-leisure-entertainment>.

603. *The National Personal Training Institute* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Лист. 17]. Доступно на: <http://nationalpti.edu/>.

604. *Thematic network project AEHESIS: report of the third year – summary* [Интернет]. 2018 [цитовано 2017 Трав. 29]. Доступно на: www.aehesis.com.

605. *Tuning educational structures in Europe – TUNING* [Интернет]. 2018 [цитовано 2017 Трав. 16]. Доступно на: <http://tuning.unideusto.org/tuningeu>.

606. *Universität Giessen* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Серп. 18].
Доступно на: <http://www.uni-giessen.de/cms/study/courses/ba/pah>.
607. *Universität Salzburg* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Жовт. 4].
Доступно на: www.uni-salzburg.at/spo/healthandfitness.
608. *Universitatea de Educație Fizică și Sport* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Жовт. 30].
Доступно на: <http://usefs.md/>.
609. *University of Alaska Anchorage* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 29].
Доступно на: <http://www.uaa.alaska.edu>.
610. *University of Alberta* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Лист. 1].
Доступно на: <https://ualberta.ca>.
611. *University of Central Lancashire* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 14].
Доступно на: http://www.uclan.ac.uk/courses/bsc_hons_nutrition_exercise_sciences_personal_fitness_training.php.
612. *University of Exeter* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Жовт. 13].
Доступно на: <http://www.exeter.ac.uk/undergraduate/degrees/sport/exsport/>.
613. *University of Findlay* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Жовт. 26].
Доступно на: <http://www.findlay.edu>.
614. *University of Manitoba* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 15].
Доступно на: <https://www.icmanitoba.ca/university-of-manitoba>.
615. *University of Michigan* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Жовт. 1].
Доступно на: www.kines.umich.edu.
616. *University of South Australia* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Лист. 1].
Доступно на: <https://www.unisa.edu.au/Study/rehabilitation-health-sport/>.
617. *University of South Florida* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Серп. 5].
Доступно на: <http://www.coedu.usf.edu>.
618. *University of Sydney* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Жовт. 12].
Доступно на: sydney.edu.au.
619. *University of Texas at Austin, College of Education* [Інтернет]. 2018 [цитовано 2016 Вер. 7].
Доступно на: <http://www.edb.utexas.edu>.

620. *Uniwersytet Rzeszowski* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Лист. 14].
Доступно на: <http://www.ur.edu.pl>.
621. Vasilenko M. Advantages and disadvantages of professional preparational of the future fitness trainers in Great Britain and Australia. *EUREKA: Social and Humanities*. 2016;4:47-54.
622. Vasilenko M, Duthak M. Components, criteria, indicators and levels of professional competence formation of future fitness-trainers at higher educational institutions. *EUREKA: Social and Humanities*. 2018;2:45-51.
623. Vysochina N, Vorobiova A, Vasylenko M, Vysochin F. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities. *Journal of Physical Education and Sport*. 2018;18(1):230-4.
624. *Vysoká škola tělesné výchovy a sportu PALESTRA* [Интернет]. PALESTRA; 2010 [цитовано 2016 Серп. 17]. Доступно на: <http://vstvs.palestra.cz>.
625. Walsh B, Billick B, Peterson J. *Finding the winning edge*. Champaign, IL: Sports Publishing Inc; 1998. 100 p.
626. *Working with pool noodles fitness fun* [Интернет]. YouTube; 2011 Лют. 28 [цитовано 2018 Бер. 4]. Доступно на: www.youtube.com/watch?v=rvjOxd7QKx0.
627. *Wyższa Szkoła Społeczno – Przyrodnicza im. Wincenta Pola w Lublinie* [Интернет]. 2018 [цитовано 2016 Серп. 11]. Доступно на: <http://www.wssp.edu.pl>.
628. *Zooburst – Beauty & LifeStyle School* [Интернет]. Zooburst; 2018 [цитовано 2016 Лист. 18]. Доступно на: http://www.zooburst.com/zb_signup.

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?

5.

| № з/п | Навчальні дисципліни | Відповідь | | | |
|-------|----------------------|---------------------------------------|---|-------------------------|------------------|
| | | Володію, можу застосовувати знання на | Володію, але не можу застосовувати 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, Є. 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, сьогодні і майбутнє представляються мені єдиним цілим. б) Думаю, моє сьогодні 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 подобатися 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 настрій 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 здійснюю 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) свідома релаксація, регулярність, динамічність.

23. Принципи регулювання інтенсивності навантаження в аквафітнесі визначаються за формулою:

- а) H.E.A.T;
- б) A.V.U.S.S.S;
- в) F.A.T;
- г) S.W.E.A.T.

24. До базових вправ в аквафітнесі не відноситься?

- а) пережат;
- б) маятник;
- в) скелелаз;
- г) стрибунець.

25. Яка фітнес-програма не є авторською і не потребує отримання ліцензії на проведення?

- a) ZUMBA fitness;
- б) АЕРОБІКА;
- в) ТАЕ-ВО;
- г) BODY PUMP.

26. Наприкінці II триместру вагітності не слід застосовувати...

- a) 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:

- a) 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:

- a) 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:

- a) 128-132 ВРМ;
- б) 130-140 ВРМ;
- в) 140-165 ВРМ;
- г) 110-120 ВРМ.

30. До наукових теорій фізичної рекреації відносять:

- a) 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?

- a) 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 заключній 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. тренінг | Озд. туризм | Рекреаційні ігри | Середній показник |
|---|---|------------------------|----------|--------------|-------------------|--------------------------------|-------------|------------------|-------------------|
| I. Дидактично-рухова компетентність | | | | | | | | | |
| 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 компетентність | | | | | | | | | |
| 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, | 1 експерт | | | | | | | |
| | | 2 експерт | | | | | | | |
| | | Самооцінка | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|-----|--|------------|--|--|--|--|--|--|--|
| | критеріїв ефективності для осіб різної статі, віку та фізичного стану | | | | | | | | |
| | <i>Разом за проектувально--конструкторською компетентністю (3-1)</i> | | | | | | | | |
| | III. Контрольно-аналітична компетентність | | | | | | | | |
| 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 контрольньо-аналітичною компетентністю (3-1)</i> | | | | | | | | |
| | IV. Організаційно-регулятивна компетентність | | | | | | | | |
| 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 компетентністю (3-1)</i> | | | | | | | | |
| | V. Мотиваційно-комунікативна компетентність | | | | | | | | |
| 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 компетентність | | | | | | | | |
| 13. | Володіння технологіями продажу групових та персональних фітнес-послуг та супутніх оздоровчих послуг з метою задоволення потреб клієнта (володіння базовими методами виявлення потреб, самопрезентації и 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 | | | | | | | | 18-6 |

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, неуважність 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 відчутти сутність людини, ніж зрозуміти її.

28. Я спокійно ставлюся до дрібних неприємностей, які трапляються у кого-небудь 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 почуваете себе невпевнено серед незнайомих людей?
28. Чи правда, що Ви нечасто відстоюєте свою правоту?
29. Чи вважаєте ви, що Вам вдасться без особливих труднощів внести пожвавлення 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 почуваете 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 почуваете 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 почуваете 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 схиляєтеся.

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 покірними 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 діяти будете? 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 займаєтеся? | | |
| 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. | | |
| 38. | 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 поводите 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 діятемете, 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 що-небудь 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 невимущену 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!

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ**Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації**

1. Василенко ММ. Результати навчання майбутнього фітнес-тренера в рамках компетентісного підходу. У зб.: Макаренко ЛЛ, укладник. *Наукові записки*: зб. наук. статей. М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. пед.ун-т імені М. П. Драгоманова. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2012;CVI(106):28-34. Фахове видання України.
2. Василенко ММ. Система вищої освіти майбутніх фітнес-тренерів у Сполучених Штатах Америки. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2012;26(79):494-99. Фахове видання України.
3. Василенко ММ. Специфіка підготовки майбутніх фітнес-тренерів у Німеччині та Австрії (в порівняльному аспекті). *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2012;27(80):126-30. Фахове видання України.
4. Василенко ММ. Сучасний стан та проблеми підготовки фітнес-тренерів в США. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків: ХОВНОКУ–ХДАДМ; 2012;11:19-22. DOI: 10.6084/m9.figshare.97348. Фахове видання України.
5. Василенко ММ. Досвід підготовки тренерів з фітнесу в країнах Балтії. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2013;107(1):85-8. Фахове видання України.
6. Василенко ММ. Тенденції розвитку системи освіти майбутніх фітнес-тренерів у Російській Федерації. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і*

спорт): зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2013;4(29):166-70. Фахове видання України.

7. Дутчак МВ., Василенко ММ. Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес-тренера. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків: ХОВНОКУ; 2013;2:17-21. DOI: 10.6084/m9.figshare.639187. Фахове видання України, що внесено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні дослідження та формулюванні висновків. Внесок співавтора – допомога у формулюванні висновків.*

8. Василенко ММ. Дисципліна «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» як складова змісту підготовки майбутнього фітнес-тренера у вищому навчальному закладі. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2014;10(51):8-12. Фахове видання України.

9. Василенко ММ. Обґрунтування змісту варіативної частини стандарту вищої фізкультурної освіти майбутнього фітнес-тренера. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2014;37(90):132-7. Фахове видання України.

10. Василенко ММ. Роль та місце дисципліни «Професійна майстерність фітнес-тренера» в процесі підготовки майбутнього фахівця. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2014;3К(44):148-51. Фахове видання України.

11. Василенко ММ. Сучасні вимоги роботодавців до формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності. *Педагогіка*

формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2014;38(91):119-24. Фахове видання України.

12. Василенко ММ. Стан готовності майбутніх фахівців до діяльності у сфері фітнес-індустрії. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць. Запоріжжя: Класичний приватний університет; 2014;39(92):98-102. Фахове видання України.

13. Василенко ММ. Стан та перспективи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах України. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2015;3 К2(57):53-6. Фахове видання України.

14. Василенко ММ. Зміст стандарту вищої освіти магістрів-майбутніх фітнес-тренерів. У зб.: Макаренко ЛМ, упорядник. *Наукові записки*: зб. наук. статей. М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. пед.ун-т імені М. П. Драгоманова. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2015;СХХVIII (128):17-24. Фахове видання України.

15. Василенко ММ. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах України. У зб.: Арзютов ГМ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2016;3К2(71):59-62. Фахове видання України.

16. Василенко ММ. Становлення системи вищої фізкультурної освіти майбутніх фітнес-тренерів в Україні. *Освітологічний дискурс*. Київ: Київський університет ім. Б. Грінченка, 2016;3(15):30-42. Фахове видання України, що внесено до наукометричних баз: Google Scholar; CiteFactor.

17. Василенко ММ. Тезаурус дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищому навчальному закладі. *ScienceRise*:

Pedagogical Education. 2016;8(4):4-10. Фахове видання України, що внесено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

18. Vasilenko M. Advantages and disadvantages of professional preparational of the future fitness trainers in Great Britain and Australia. *EUREKA: Social and Humanities*. 2016;4:47-54. DOI: 10.21303/2504-5571.2016.00137. Стаття у науковому періодичному виданні іншої держави (Естонська республіка), що внесено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

19. Василенко ММ, Денисова ЛВ. Методологічні підходи до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах. У зб.: Тимошенко ОВ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»: зб. наук. праць*. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2017;5К(86):55-9. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні дослідження та формулюванні висновків. Внесок співавтора – допомога у формулюванні висновків.*

20. Василенко ММ, Дутчак МВ. Історичні передумови формування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. У зб.: Тимошенко ОВ, редактор. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»: зб. наук. праць*. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова; 2018;3К(97):103-7. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в аналізі історичних етапів становлення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Внесок співавтора – допомога у формулюванні висновків.*

21. Vysochina N, Vorobiova A, Vasylenko M, Vysochin F. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities. *Journal of Physical Education and Sport*. 2018;18(1):230-4. DOI:10.7752/jpes.2018.01030/. Стаття у науковому періодичному виданні іншої держави (Румунія), що внесено до міжнародної наукометричної бази Scopus. *Особистий внесок здобувача полягає*

в аналізі науково-методичної літератури. Внесок співавторів – проведення дослідження та обробка результатів.

22. Vasilenko M, Duthak M. Components, criteria, indicators and levels of professional competence formation of future fitness-trainers at higher educational institutions. *EUREKA: Social and Humanities*. 2018;2:45-51. DOI: 10.21303/2504-5571.2018.00586. Стаття у науковому періодичному виданні іншої держави (Естонська республіка), що внесено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні дослідження та формулюванні висновків. Внесок співавторів – допомога у формулюванні висновків.*

23. Василенко ММ. *Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика*: монографія. – Київ: «Центр учбової літератури»; 2018. 495 с.

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

1. Василенко ММ. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у США. *Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму*: тези доп. IV Міжнар. наук.-практ. конф.; 2012 Жовт. 18-19. Запоріжжя; 2012:161-2.

2. Василенко ММ, Дутчак МВ. Порівняльна характеристика професійної підготовки майбутніх фітнес тренерів у країнах ЄС. У зб.: Кушнірук СГ, редактор. *Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді*: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.; 2013 Вер. 26-28. Бердянськ; 2013:114-6.

3. Василенко ММ, Дутчак МВ. Кваліфікаційна характеристика фітнес-тренера як підґрунтя професійної підготовки в ВНЗ. У зб.: Огаренко ВМ та ін., редактори. *Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму*: зб. тез доповідей V Міжнародної наук.-практ. конф.; 2013 Жовт. 10-11. Запоріжжя: КПУ; 2013:47-8.

4. Василенко ММ. Психологічний профіль фітнес-тренера як підґрунтя для розробки змісту професійної підготовки майбутнього фахівця. У зб.: Лузік ЕВ, Акмалдінова ОМ, редактори. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти України*: матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф.; 2014 Бер. 20; Київ. Київ: НАУ; 2014:37-8.

5. Василенко ММ. Доцільність вивчення дисципліни «Психологія діяльності в сфері фітнесу та рекреації» майбутніми фітнес-тренерами». *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення*: матеріали IX Всеук. наук.-практ. конф. з міжнар. участю; 2014 Трав. 15-16. Львів: ЛДУФК; 2014:310-5.

6. Василенко ММ, Погонцева ОВ. Аналіз навчальних програм для майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації у вищих навчальних закладах Чехії. У зб.: *Міжнародна діяльність університетів як фактор інноваційного розвитку вищої школи*: матеріали міжнар. наук.-практ. заочної конф.; 2015 Вер. 18. Маріуполь: МДУ; 2015:260-2.

7. Василенко ММ. Практика професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах Польщі. *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення*: матеріали X Всеук. наук.-практ. конф. з міжнар. участю; 2016 Трав. 12-13. Львів: ЛДУФК; 2016:369-74.

8. Василенко ММ. Проблеми професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах сучасної вищої школи. *Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму*: тези доп. VI Міжнар. наук.-практ. конф.; 2016 Жовт. 20-21. Запоріжжя; 2016:30-1.

9. Василенко ММ. Компетентнісний підхід до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів: переваги та недоліки. У зб.: Лузік ЕВ, Акмалдінова ОМ, редактори. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти України*: матеріали V Міжнар. наук.-практ. конф.; 2017 Бер. 23. Київ: НАУ; 2017:37-8.

10. Василенко ММ. Обґрунтування підходів до дослідження професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних

зкладах: філософський та загальнонауковий рівень. *Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку*: мат. XV Міжнар. наук.-практ. конф.; 2017 Квіт. 5-7. Харків: Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна; 2017:80-2.

11. Василенко ММ. Основні положення концепції професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах. *Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі*: матеріали III міжн. конгресу; 2017 Трав. 18-21. Одеса: Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського; 2017:596-7.

Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

1. *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. Київ: Вид-во Національного університету фізичного виховання і спорту України «Олімпійська література», 2013. 60 с. *Особистий внесок здобувача полягає в обґрунтуванні базових професійних компетентностей бакалавра зі здоров'я людини, змісту освітньо-професійної програми підготовки. Внесок співавторів – в обґрунтуванні результатів навчання.*

2. Василенко ММ, Погонцева ОВ. Сучасний стан сформованості готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності в сучасних центрах оздоровчого фітнесу, SPA&VELNESS. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*: зб. наук. праць. Вінниця: Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського; 2014;18(1):450-56. *Фахове видання України. Особистий внесок здобувача полягає в аналізі наукової проблеми. Внесок співавторів полягає у проведенні дослідження та обробці результатів.*

3. Василенко ММ., Сущенко ЛП., Івченко ВО. *Комп'ютерна програма «BCI: педагогічна діагностика рівнів сформованості професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів»*. Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 80629 від 30.07.2018, видане Управлінням державних реєстрацій Департаменту інтелектуальної власності Міністерства економічного розвитку і торгівлі України. . *Особистий внесок здобувача полягає у створенні діагностичного інструментарію для оцінювання рівнів професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів. Внесок співавторів полягає у створенні шкали оцінювання та розробці програмного забезпечення.*

ВІДОМОСТІ ПРО АПРОБАЦІЮ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЇ

| № з/п | Назва конференції, конгресу, симпозіуму, семінару, школи | Місце та дата проведення | Форма участі |
|-------|--|-------------------------------------|-----------------------|
| 1. | IV Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму» | м. Запоріжжя, 18-19 жовтня 2012 р. | Публікація |
| 2. | V Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму» | м. Запоріжжя, 10-11 жовтня 2013 р. | Публікація |
| 3. | Всеукраїнська науково-практична конференція «Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді» | м. Бердянськ, 26-28 вересня 2013 р. | Публікація |
| 4. | II Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми вищої професійної освіти України» | м. Київ, 20 березня 2014 р. | Публікація |
| 5. | IX Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю «Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення» | м. Львів, 15-16 травня 2014 р. | Доповідь і публікація |
| 6. | Міжнародна науково-практична заочна конференція «Міжнародна діяльність університетів як фактор інноваційного розвитку вищої школи» | м. Маріуполь, 18 вересня 2015 р. | Публікація |
| 7. | X Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю «Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення» | м. Львів, 12-13 травня 2016 р. | Доповідь і публікація |
| 8. | VI Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму» | м. Запоріжжя, 20-21 жовтня 2016 р. | Публікація |
| 9. | V Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми вищої професійної освіти України» | м. Київ, 23 березня 2017 р. | Публікація |
| 10. | XV Міжнародна науково-практична конференція «Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку» | м. Харків, 5-7 квітня 2017 р. | Публікація |
| 11. | III міжнародний конгрес «Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі» | м. Одеса, 18-21 травня 2017 р. | Публікація |