

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М. П. ДРАГОМАНОВА**

ПРИМА АНАСТАСІЯ ВАСИЛІВНА

УДК 378.091.3:[796.035:796.071.43]-051(043.3)

**ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ
ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ФІТНЕС-ІНДУСТРІЇ**

13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня

кандидата педагогічних наук



Київ – 2019

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана у Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник – доктор філософських наук, професор
ПУТРОВ Сергій Юрійович,
Національний педагогічний університет
імені М.П. Драгоманова,
професор кафедри фізичної реабілітації.

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, доцент
ВАСИЛЕНКО Марина Миколаївна,
Національний університет фізичного
виховання і спорту України, доцент
кафедри здоров'я, фітнесу і рекреації;

кандидат педагогічних наук, доцент
АТАМАСЬ Ольга Анатоліївна,
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького,
доцент кафедри теорії і методики
фізичного виховання.

Захист дисертації відбудеться 29 листопада 2019 року о 12.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.01 у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова, за адресою: вул. Пирогова, 9, м. Київ – 30, 01601.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (вул. Пирогова, 9, м. Київ – 30, 01601) та на сайті університету <http://www.npu.edu.ua>.

Автореферат розісланий 29 жовтня 2019 року.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради



Л. П. Сущенко

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. В умовах динамічного розвитку суспільства освіта стає однією з найважливіших сфер діяльності людини, що, безумовно, пов'язано з питаннями фахової підготовки педагогічних кадрів, зокрема, і майбутніх фітнес-тренерів. Розвиток фітнес-індустрії та постійно зростаюча потреба у професійних фізкультурних кадрах зумовили необхідність фахової підготовки кваліфікованих і конкурентоспроможних на ринку праці майбутніх фітнес-тренерів, підготовлених до професійної діяльності у фітнес-індустрії на рівні світових стандартів, здатних до постійного професійного самовдосконалення, соціальної та професійної мобільності.

У дослідженні враховані положення законодавчих актів і нормативних документів про вищу освіту: Закону України «Про вищу освіту» (2014); Національного класифікатора України «Класифікатор професій» ДК 003:2010 (2010); про фізичну культуру і спорт: Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (2016); Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» (2016); Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року» (2017).

Концептуальні основи професійної підготовки нової генерації фахівців для сфери фізичної культури і спорту ґрунтовно аналізували О. Ю. Ажиппо, О. В. Базильчук, Н. О. Белікова, М. В. Данилевич, П. Б. Джуринський, М. В. Дутчак, О. В. Завальнюк, Є. А. Захаріна, Л. І. Іванова, Р. В. Клопов, Ю. О. Лянной, О. І. Міхеєнко, Є. О. Павлюк, Є. Н. Приступа, А. В. Свасьєв, Н. І. Степанченко, Л. П. Сущенко, О. В. Тимошенко та інші вчені.

Значний внесок у дослідження теоретичних і методичних засад професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти здійснили М. М. Василенко та О. К. Корносенко.

Науковці (О. Афтімчук, О. О. Берест, О. В. Корх-Черба, Т. Є. Круглова, Т. С. Лисицька, Д. В. П'ятницька, О. Г. Сайкіна та ін.) надають значної уваги у своїх дослідженнях професійній підготовці майбутніх фітнес-тренерів, які б стали кваліфікованими та конкурентоздатними на ринку праці у фітнес-індустрії.

Окремі аспекти формування готовності майбутніх фахівців до впровадження технологій оздоровчого фітнесу висвітлювали у своїх наукових працях О. А. Атамась, М. Р. Батіщева, Є. З. Добродуб, П. А. Слобожанінов та інші науковці.

Питанням, пов'язаним з фітнесом, приділили відповідну увагу такі вчені, як Є. П. Баліцька, Т. Г. Беставішвілі, Ю. І. Беляк, О. Л. Благій, А. А. Боляк, В. Е. Борілкевич, С. В. Бренч, Н. І. Воловик, В. Ю. Давидов, Л. Я. Іващенко, Є. Карпей, О. Н. Кириленко, К. В. Короленко, В. В. Левицький, Н. А. Овчиннікова, М. В. Осиченко, І. В. Склярова, С. І. Смірнов, О. А. Сомкін, Ю. О. Усачов та інші.

Дослідники (Л. М. Ващук, Н. О. Гоглювата, В. Б. Зінченко, С. М. Іванчикова, О. Я. Кібальник, В. У. Кренделева, В. М. Осіпов,

І. Степанова, А. О. Твеліна, В. В. Усиченко, О. М. Шишкіна та ін.) спрямовували свої зусилля на з'ясування особливостей застосування засобів фітнесу з метою підвищення рухової активності осіб.

Підґрунтям для нашого дослідження стали напрацювання закордонних дослідників Р. А. Bril, S. Coffman, J. Greenberg, G. Dintiman, В. Myers Oakes, V. Heyward, M. Malek, D. Nalbon, D. Berger, J. Coburn, В. Sharkey та S. Gaskill, які акцентували свою увагу на застосуванні сучасних фітнес-технологій.

Теоретичний аналіз наукових джерел і практики професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищій школі та власний досвід викладацької діяльності уможливили виявлення суперечностей, що виникають між:

– необхідністю вдосконалення професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти й недостатнім рівнем сформованості готовності випускників до професійної діяльності у фітнес-індустрії;

– усвідомленням гострої потреби суспільства у висококваліфікованих фітнес-тренерах, здатних залучати громадян до використання фізичних вправ оздоровчої спрямованості й застосування засобів фітнесу, та нерозробленістю педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії;

– очікуванням держави на підвищення ефективності професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти та недостатнім впровадженням інноваційних освітніх технологій у цей процес.

Актуальність проблеми, її теоретична та практична значимість та необхідність подолання виявлених суперечностей зумовили вибір теми дисертаційної роботи «**Формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії**».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дисертаційного дослідження відповідає тематичному плану наукових досліджень Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова з наукового напрямку «Зміст освіти, форми, методи і засоби підготовки вчителів» (протокол № 5 від 27 січня 2004 року).

Тему дослідження затверджено Вченою радою Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (протокол № 7 від 08 грудня 2015 року) та узгоджено у бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень у галузі педагогіки і психології в Україні (протокол № 1 від 26 січня 2016 року).

Мета дослідження полягає у виявленні, теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

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

1. З'ясувати стан розробленості проблеми формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії у педагогічній теорії й практиці; уточнити зміст понять «формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії» та «готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії».

2. Теоретично обґрунтувати структуру готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

3. Визначити критерії й показники та охарактеризувати рівні сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

4. Розробити модель формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії,

5. Експериментально перевірити ефективність виявлених і теоретично обґрунтованих педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

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

Предмет дослідження – педагогічні умови формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети й виконання завдань на різних етапах наукового пошуку було застосовано комплекс методів дослідження: *теоретичні*: порівняльний аналіз психолого-педагогічної літератури, філософської літератури, літератури з фітнесу, нормативно-правових документів, словників, інтернет-ресурсів, статей у наукових фахових виданнях України та виданнях, віднесених до міжнародних наукометричних баз даних – з метою з'ясування стану розробленості проблеми формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії у педагогічній теорії й практиці; порівняльно-педагогічний аналіз – з метою уточнення змісту понять «формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії» та «готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії»; структурно-системний аналіз – для теоретичного обґрунтування структури готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; узагальнення – з метою визначення критеріїв й показників та характеристики рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; моделювання та систематизація – з метою розроблення моделі формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; синтез та абстрагування – з метою виявлення та теоретичного обґрунтування педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; *емпіричні*: (анкетування студентів і викладачів закладів вищої освіти, фітнес-тренерів, тестування, бесіда, спостереження) – з метою з'ясування рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; педагогічний експеримент – для дослідження сучасного стану формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії та перевірки ефективності виявлених і теоретично обґрунтованих педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; *статистичні*: t-критерій Стьюдента та факторний аналіз для оброблення даних експериментального дослідження.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

– *вперше*: виявлено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено педагогічні умови формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії (урахування у змісті підготовки майбутніх фітнес-тренерів сучасних особливостей ринку праці у фітнес-індустрії; активізація навчально-пізнавальної діяльності майбутніх фітнес-тренерів за рахунок впровадження інноваційних освітніх технологій; залучення майбутніх фітнес-тренерів до використання сучасних засобів інформаційно-комунікаційних технологій у професійній діяльності, пов'язаній з фітнес-індустрією); розроблено модель формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії, яка включає мету та завдання, базується на засадах методологічних підходів (компетентнісного, акмеологічного, аксіологічного та системного) і принципів, ґрунтується на теоретичній, практичній, контекстно-науковій та особистісно-розвивальній підготовці, а також на відповідних структурних компонентах готовності, критеріях, показниках і рівнях сформованої готовності, враховує відповідні форми, методи і засоби, в якій результатом визначено сформована готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії;

– *уточнено* зміст понять «формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії», «готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії» та «фітнес-індустрія»;

– *удосконалено* структуру готовності (мотиваційно-аксіологічний, інтелектуальний, процесуальний, особистісний та оцінно-рефлексивний компоненти) майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; критерії (мотиваційний, інформаційно-пізнавальний, діяльнісно-творчий, особистісний та рефлексивний) та показники, які дозволили оцінити рівень сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; форми, методи та засоби формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії;

– *подальшого розвитку набули* наукові положення щодо проектування змісту формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Практичне значення одержаних результатів дослідження полягає у впровадженні в освітній процес закладів вищої освіти педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії та розробленні відповідного навчально-методичного забезпечення, а саме: навчального посібника «Теорія технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності»; навчально-методичних комплексів (у тому числі, на електронних носіях) з дисциплін «Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Основи раціонального харчування», «Оздоровчий фітнес» та «Оздоровчі заняття у воді»; комп'ютерної програми «ПСПК: моніторинг рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії» (у співавторстві з Л. П. Сущенко, С. Ю. Путровим та І. О. Колощук, на яку отримано свідоцтво про реєстрацію

авторського права на твір № 79829 від 15.06.2018, видане Державним департаментом інтелектуальної власності Міністерства економічного розвитку і торгівлі України).

Матеріали навчального посібника, навчально-методичних комплексів і результати дисертаційного дослідження можуть бути використані науково-педагогічними працівниками закладів вищої освіти, в яких здійснюється професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів, а також у системі післядипломної освіти фітнес-тренерів.

Основні положення та результати дослідження впроваджено в освітній процес Бердянського державного педагогічного університету (довідка № 57-06/608 від 25.04.2019 року), Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (довідка № 17 від 18.04.2019 року), Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка (довідка № 1821 від 02.04.2019 року), Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (довідка № 0328/02/1362 від 14.04.2019 року).

Особистий внесок здобувача. У публікаціях, підготовлених спільно з співавторами, внесок здобувача полягає: в аналізі особливостей закордонного досвіду професійної підготовки фітнес-тренерів у Болгарії, Великій Британії, Данії та Польщі – у статті [2]; в з'ясуванні сучасного стану формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії – у статті [5]; у характеристиці теоретичного аспекту формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії – у тезах [13]; в обґрунтуванні чинників формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії – у тезах [14]; в аналізі наукових джерел – у тезах [17]; у розробленні переліку питань для підсумкового контролю студентів – у навчальному посібнику [18].

Апробація результатів дослідження. Основні результати й теоретичні положення дослідження висвітлено й обговорено на науково-практичних конференціях різних рівнів: *міжнародних науково-практичних конференціях*: «Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту і туризму» (Запоріжжя, 2016); «Modern problems and prospects of development of physical education, health and training of future specialists in physical education and sport» (Київ 2016, 2017, 2018, 2019); «Актуальні проблеми вищої професійної освіти» (Київ, 2017); «Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку» (Харків, 2017); «Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини» (Одеса, 2017); «Сучасні тенденції розвитку освіти й науки: проблеми та перспективи» (Львів – Кельце, 2017), «Іноваційні технології в науці та освіті. Європейський досвід» (Дніпро – Відень, 2017); *на міжнародному конгресі*: «Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі» (Одеса, 2017); *всеукраїнських*: «Педагогіка здоров'я» (Чернігів, 2017); «Фізичне та спортивне виховання у вищих навчальних закладах» (Запоріжжя, 2017); *тематичному засіданні* «IV Морозівські педагогічні читання» (Київ, 2016); V Морозівських читаннях «Тьюторство як засіб інтернаціоналізації освітньо-наукового простору вищої школи» (Київ, 2018); на засіданнях кафедри фізичної

реабілітації факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.

Публікації. Основні положення дисертаційної роботи відображено в 19 публікаціях автора, з них: 1 навчальний посібник, 4 статті у наукових фахових виданнях України, 1 стаття у зарубіжному науковому періодичному виданні, 3 статті у виданнях, внесених до міжнародних наукометричних баз даних, 9 статей у збірниках матеріалів і тез науково-практичних конференцій, 1 комп'ютерна програма.

Структура й обсяг дисертації. Робота складається з анотацій українською й англійською мовами, вступу, розділів, висновків, списку використаних джерел (359 найменувань) та додатків. Загальний обсяг дисертації становить 301 сторінка, серед них 186 сторінок основного тексту. Дисертація містить 30 таблиць та 53 рисунки.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність і доцільність обраної теми, вказано на її зв'язок з науковими програмами, планами, темами; визначено мету, завдання, об'єкт, предмет і методи дослідження; розкрито його наукову новизну та практичне значення; висвітлено відомості про особистий внесок здобувача та апробацію результатів дослідження, публікації, структуру та обсяг дисертації.

У першому розділі **«Формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії як наукова проблема»** проаналізовано наукову літературу щодо формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; розкрито науковий тезаурус формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; обґрунтовано структуру готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; розкрито методологічні підходи до формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Вчені (О. А. Атамась, О. Афтімчук, Є. П. Баліцька, О. О. Берест, М. М. Василенко, Н. І. Воловик, М. В. Дутчак, О. В. Завальнюк, О. К. Корносенко, О. В. Корх-Черба, Т. Є. Круглова, Т. С. Лисицька, Д. В. П'ятницька, О. Г. Сайкіна та ін.) зазначають, що на сучасному етапі розвитку держави виникла гостра необхідність у розробленні нових підходів до професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти як представників нової генерації фахівців, здатних надавати якісні фітнес-послуги різним верствам населення країни.

У дисертації формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії розглядається як цілісний процес, який здійснюється у закладах вищої освіти з метою отримання студентами кваліфікації з надання ефективних послуг щодо розвитку рухових здібностей, морфофункціональних кондицій для успішного виступу на спортивних змаганнях та оздоровлення, шляхом проведення спеціально організованих фітнес-програм.

Готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії розглядається нами як цілісна інтегративна характеристика особистості, в основі якої лежить система професійно-ціннісних орієнтацій, що дозволить випускникам закладів вищої освіти, швидко відкрити для себе середовище фітнес-індустрії та успішно розвиватися в професійній діяльності.

Фітнес-індустрія розглядається як сфера послуг, сукупність різних суб'єктів фітнес-діяльності (фітнес клуби, фітнес-центри, спортивні клуби, студії, спортивно-оздоровчі центри, оздоровчі центри, тренажерні зали), що надають фітнес-послуги, із залучення до здорового способу життя, підтримки, збереження та зміцнення здоров'я людини, а також досягнення високих спортивних результатів.

До професійно орієнтованих знань, якими повинні володіти майбутні фітнес-тренери нами виділенні знання: *щодо оздоровчого фітнесу* (основні аспекти сучасних оздоровчих систем; теоретичні та методичні основи занять оздоровчим фітнесом; методика побудови програм з аеробіки та аквааеробіки; методика вдосконалення фізичних якостей засобами оздоровчого фітнесу; вимоги до величини та інтенсивності навантаження в занятті; вимоги до місця занять, інвентарю та обладнання для занять; фактори ризику, які обумовлені вибором вправ для тренування та станом здоров'я тих, хто займається; методика контролю та самоконтролю в процесі занять оздоровчим фітнесом; методика проведення тестування для оцінки рівня фізичного стану та фізичної підготовленості; профілактичні заходи попередження травматизму); *щодо видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності* (значення оздоровчо-рекреаційної рухової активності у збереженні та зміцненні здоров'я людини; принципи її реалізації в системі оздоровлення населення; особливості розвитку рухів та проявів рухової активності в різні вікові періоди; специфіку та оздоровче спрямування різних видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності; нормативи оздоровчо-рекреаційної рухової активності для занять із особами різного віку; правила та особливості проведення фізкультурних занять аеробної спрямованості, занять із фітнесу та оздоровчої гімнастики, рухливих ігор з урахуванням психологічних і фізіологічних чинників, стану здоров'я осіб різних вікових категорій); *щодо основ раціонального харчування* (анатомо-фізіологічні особливості травлення; функції їжі; фактори забезпечення функцій їжі; основні складові харчових продуктів; значення продуктів тваринного походження та рослинного походження, види ферментів; гормони; процеси обміну речовин; особливості мішаного, вегетаріанського, білково-молочно-овочевого харчування; особливості суто вегетаріанського харчування; особливості харчування сирими продуктами; особливості повноцінного харчування; особливості харчування під час вагітності й годування дитини; особливості харчування немовлят і малих дітей; особливості харчування школярів та молоді; особливості харчування літніх людей; особливості харчування людей розумової праці; особливості основних дієт; особливості розвантажувальних дієт; нетрадиційні види харчування; особливості сиродіння, роздільного харчування, харчування за групами крові, харчування у системі вчення йогів); *щодо оздоровчих занять у воді* (механізм оздоровчого

впливу фізичних вправ та водного середовища на організм людини; класифікація оздоровчих занять у воді; структура оздоровчих занять у воді; особливості проведення оздоровчих занять у воді з різними віковими групами; залежність побудови оздоровчих занять у воді від фізичної підготовленості тих, хто займається; техніка безпеки під час проведення оздоровчих занять у воді; фактори, що сприяють оздоровчому ефекту).

До професійно орієнтованих умінь та навичок, якими повинні оволодіти майбутні фітнес-тренери, віднесено уміння та навички: обґрунтовувати різні технології навчання руховим діям і розвиток фізичних якостей; підбирати музичний супровід для оздоровчих занять з аеробіки та аквааеробіки; підбирати інвентар та обладнання для занять; підбирати вправи для розвитку кардіо-респіраторної, опорно-рухової і сенсорно-нервової систем; складати плани-конспекти занять з аеробіки та аквааеробіки; виконувати комплекси вправ різних частин заняття з аеробіки та аквааеробіки; володіти навичками організації занять та самостійно їх проводити; контролювати функціональний стан у процесі занять аеробікою та аквааеробікою, навчати методам самоконтролю під час проведення занять; планувати фізичне навантаження, підбирати вправи, відповідні віковим і фізіологічним особливостям тих, хто займається; визначати рухову активність людини за допомогою застосування різних методів; нормувати оздоровчо-рекреаційну рухову активність для різних категорій населення; підбирати форми організації оздоровчо-рекреаційних фізкультурних занять залежно від їхніх завдань та контингенту тих, хто займається; проводити оздоровчо-рекреаційні фізкультурні заняття різних видів; адекватно дозувати рухову активність і фізичні навантаження з огляду на закономірності їхнього впливу на організм тих, хто займається; аналізувати раціональне харчування у кількісному та якісному відношенні залежно від умов проживання та індивідуальних особливостей людини; охарактеризувати роль вживання алкоголю, наркотиків, кави та тютюну; вносити раціональні, науково обґрунтовані корективи в харчовий раціон людини та оцінювати їх ефективність; складати харчові раціони з урахуванням віку, статі, характеру праці, тренування, фізіологічної та харчової цінності і продуктів; складати особисті програми занять оздоровчим плаванням; самостійно проводити окремі частини занять оздоровчим плаванням та гімнастики у воді; вміти регулювати навантаження під час проведення занять у воді; здійснювати педагогічний контроль під час оздоровчих занять; визначати особистий стан тих, хто займається оздоровчим плаванням.

У розділі визначено структуру готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії, компонентами якої стали: мотиваційно-аксіологічний, інтелектуальний, процесуальний, особистісний та оцінно-рефлексивний.

Вказано на роль компетентнісного, акмеологічного, аксіологічного та системного методологічних підходів до формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

У другому розділі **«Педагогічні умови і моделювання формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-**

індустрії» проаналізовано методику та напрями дослідження; охарактеризовано критерії, показники та рівні сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії, подано модель формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; виявлено та теоретично обґрунтовано педагогічні умови формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Дослідно-експериментальна робота здійснювалася протягом 2015–2019 років відповідно до проблемно-пошукового, аналітичного, дослідно-експериментального та оціночно-моделюючого етапів.

Проблемно-пошуковий етап (2015–2016 роки) включав в себе аналіз наукових джерел щодо формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; характеристики наукового тезаурусу дослідження; визначення структури готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; визначення критеріїв, показників і рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Діяльнісний етап (2016 рік) був спрямований на виявлення та теоретичне обґрунтування педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; розроблення навчально-методичного забезпечення, необхідного для реалізації педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Експериментально-аналітичний етап (2016–2017 роки) був спрямований на впровадження педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; застосування нових форм, методів і засобів формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; діагностику рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

На оціночно-моделювальному етапі (2017–2019 роки) підводилися підсумки дослідження, аналізувалися результати педагогічного експерименту та формулювалися висновки, отримані у процесі експериментальної перевірки.

Педагогічна діагностика оцінювання рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії здійснювалася відповідно до мотиваційного, інформаційно-пізнавального, діяльнісно-творчого, особистісного та рефлексивного критеріїв. Оцінювання за мотиваційним критерієм було проведено відповідно до тесту-опитувальнику «Оцінка мотивації організаційної поведінки», заснованого на мотиваційній теорії Ф. Герцберга; за інформаційно-пізнавальним критерієм – на основі використання «Тестових завдань для оцінювання за інформаційно-пізнавальним критерієм рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії», розроблених нами особисто; за діяльнісно-творчим критерієм – на основі використання «Картки оцінювання за діяльнісно-творчим критерієм рівнів сформованості готовності

майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії», розроблених нами особисто; оцінювання сформованості асертивності – відповідно до модифікованого «Тесту для оцінки асертивності» за методикою Мануеля Сміта; оцінювання сформованості креативності – за модифікованим опитувальником на визначення креативності; за рефлексивним критерієм – на основі використання модифікованого «Тесту на визначення рівня рефлексії» (за О.В. Калашніковою).

У розділі розкрито сутність критеріїв (мотиваційний, інформаційно-пізнавальний, діяльнісно-творчий, особистісний, рефлексивний), показників і рівнів (низький, середній, високий) сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Високий рівень сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії характеризується чітко усвідомленими суспільно значущими цінностями студентів, стійкою мотивацією на досягнення успіху у професійній діяльності фітнес-тренера та кар'єрного росту у фітнес-індустрії; ґрунтовними та глибокими знаннями щодо сутності та змісту майбутньої професійної діяльності у фітнес-індустрії; високорозвиненими вміннями та навичками студентів, необхідними для успішної професійної діяльності у фітнес-індустрії; ярко вираженими асертивністю та креативністю студентів, які впливають на успішність професійної діяльності та продуктивність функціонування у фітнес-індустрії; стійкими рефлексивними вміннями студентів щодо адекватної самооцінки себе, як суб'єктів, здатних до ефективної професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Модель формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії складається з потребнісно-мотиваційного блоку, теоретико-методологічного, змістово-практичного, технологічного та критеріально-оцінювального блоків (рис. 1).

Виявлено та теоретично обґрунтовано педагогічні умови формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії, а саме: урахування у змісті підготовки майбутніх фітнес-тренерів сучасних особливостей ринку праці у фітнес-індустрії, активізація навчально-пізнавальної діяльності майбутніх фітнес-тренерів за рахунок впровадження інноваційних освітніх технологій, залучення майбутніх фітнес-тренерів до використання сучасних засобів інформаційно-комунікаційних технологій у професійній діяльності, пов'язаній з фітнес-індустрією.

Ці педагогічні умови передбачають впровадження певних форм, методів і засобів формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Перша педагогічна умова (*урахування у змісті підготовки майбутніх фітнес-тренерів сучасних особливостей ринку праці у фітнес-індустрії*) здійснювалася шляхом удосконалення змісту таких дисциплін, як: «Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності» (2 курс), «Основи раціонального харчування» (3–4 курс), «Оздоровчий фітнес» (4 курс), «Оздоровчі заняття у воді» (4 курс).

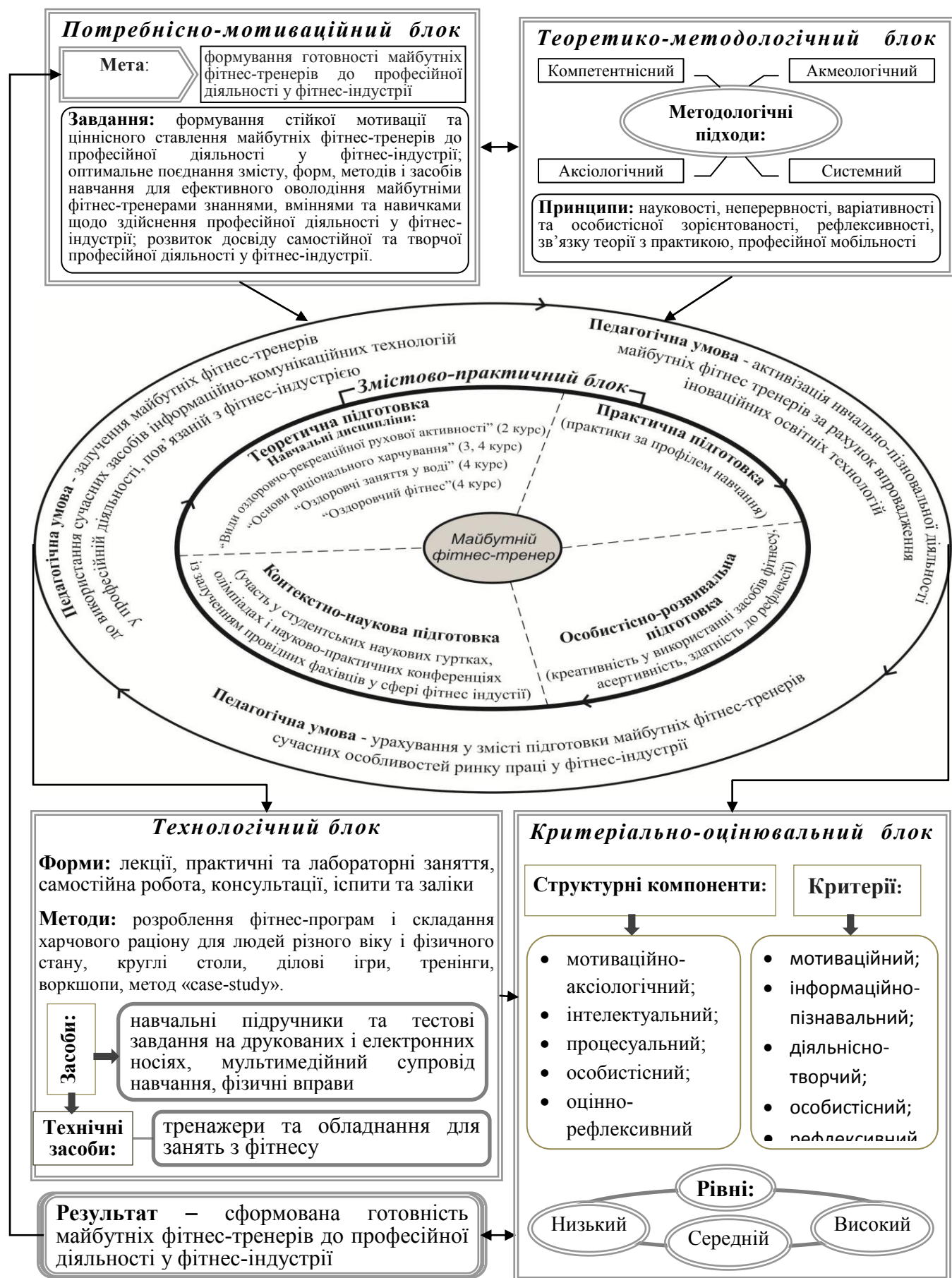


Рис. 1. Модель формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії

У зміст навчальних дисциплін було включено основні результати навчання та компетентності, які вони формують, що є необхідними майбутнім фітнес-тренерам для професійної діяльності у фітнес-індустрії. Загалом до кожної дисципліни було розроблено робочу програму з навчальної дисципліни, тематичний план, лекції, плани проведення семінарських і лабораторних занять, завдання для самостійної роботи, контрольні завдання для перевірки знань, критерії оцінювання знань студентів, тестові завдання, залікові вимоги та питання до іспитів.

Щодо другої педагогічної умови (*активізація навчально-пізнавальної діяльності майбутніх фітнес-тренерів за рахунок впровадження інноваційних освітніх технологій*), то її виконання здійснювалося в аудиторних умовах, шляхом моделювання обставин і змісту професійних ситуацій, розроблення фітнес-програм, складання харчового раціону для людей різного віку і фізичного стану, проведення круглих столів, ділових ігор, тренінгів, воркшопів і застосування методу «case-study», які дозволили студентам актуалізувати власний потенціал як майбутніх фітнес-тренерів.

Третя педагогічна умова (*залучення майбутніх фітнес-тренерів до використання сучасних засобів інформаційно-комунікаційних технологій у професійній діяльності, пов'язаній з фітнес-індустрією*) досягалася завдяки залученню студентів до використання навчально-методичних комплексів з дисциплін, розміщених на сервері університету, проходження електронних тестів і створення мультимедійних презентацій.

Педагогічна діагностика здійснювалася на основі комп'ютерної програми «ПСПК: моніторинг рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії», розробленої у співавторстві з Л. П. Сущенко, С. Ю. Путровим та І. О. Колощуком.

У третьому розділі **«Експериментальна перевірка ефективності педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії»** з'ясовано сучасний стан формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; проаналізовано результати формувального етапу педагогічного експерименту та здійснено узагальнення результатів дослідження.

З метою встановлення сучасного стану формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії у 2016 році було проведено анкетування, в якому брали участь 263 студенти 3–4 курсів, які навчалися з галузі знань 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини напряму підготовки 6.010203 Здоров'я людини освітнього рівня «бакалавр» у таких закладах вищої освіти України, як Бердянський державний педагогічний університет, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Національний університет фізичного виховання та спорту України, Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка та Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки.

Результати анкетування свідчать про те, що достатньою мірою володіють знаннями щодо засобів професійної діяльності фітнес-тренерів 12,25%

опитуваних студентів, 27,27% респондентів вважають, що частково володіють цими знаннями. Проте 34,43% опитаних студентів вказали на відсутність цих знань (обравши відповідь «Ні, не володію достатньою мірою») і 26,05% респондентів обрали відповідь «важко відповісти». Методикою контролю та самоконтролю у процесі занять фітнесом володіють достатньою мірою лише 15,38% опитаних студентів, не володіють достатньою мірою 39,51% респондентів. Про часткове володіння цими знаннями зазначили 31,97% респондентів, 13,14% опитаних студентів обрали відповідь «важко відповісти». Варто зазначити, що здатні застосовувати теоретичні знання на практиці при проведенні занять з фітнесу 17,71% опитаних студентів, 19,24% – частково здатні. На жаль, 47,57% опитуваних студентів вказали, що не здатні застосовувати знання на практиці. Були й такі, які обрали відповідь «важко відповісти» (15,48%). 37,47% респондентів взагалі не володіють методиками проведення фітнес-занять з використанням фітнес-програм, заснованих на видах рухової активності аеробної спрямованості (фітнес-програми на кардіотренажерах). Стверджують, що частково володіють цими методиками лише 27,91% опитаних студентів. На жаль, лише 16,40% респондентів засвідчили, що володіють достатньою мірою даними методиками і 18,22% опитаних студентів вказали, що їм було важко відповісти на поставлене запитання.

Результати анкетування науково-педагогічних працівників вищезазначених закладів вищої освіти засвідчили те, що 39,12% респондентів вказали на існування проблем з наявністю навчально-методичної літератури, необхідної для формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. У професійній підготовці майбутніх фітнес-тренерів 14,05% опитаних науково-педагогічних працівників використовують електронний ПС-журнал успішності студентів. На жаль, 34,74% респондентів не використовують його у своїй практиці. Частково використовують і про це зазначили 33,16% респондентів, 18,05% не дали чіткої відповіді на запитання, обравши відповідь «важко відповісти».

У розділі подано результати анкетування 37 фітнес-тренерів таких фітнес-центрів м. Києва, як: «Софія Sport», «Skyfitness», «Fitness academy», «Скорпіон», «Атлетіко», «Body art fitness», «EnerGym», «СпортЛенд», «5 Елемент», «Sport Life», «Планета фітнес», «DRAGOMANOV FIT», «Подольський» та «Fit Curves». Дані опитування фітнес-тренерів щодо рівня володіння студентами-практикантами навичками організації занять з фітнесу були наступними: 21,62% респондентів зазначили, що студенти-практиканти частково володіють навичками організації занять з фітнесу. На достатню міру володіння студентами-практикантами навичками організації занять з фітнесу вказали 10,81% опитаних фахівців. 37,84% респондентів вказали на те, що студенти-практиканти не володіють достатньою мірою цими навичками і 29,73% фітнес-тренерів було важко відповісти на це запитання. Подібний результат виявлений серед відповідей опитаних фітнес-тренерів щодо рівня володіння студентами-практикантами навичками організації занять з фітнесу: 21,62% респондентів зазначили, що студенти-практиканти частково володіють

цими навичками, а на достатню міру володіння студентами-практикантами навичками організації занять з фітнесу вказали 10,81% опитуваних фітнес-тренерів.

З метою перевірки ефективності виявлених і теоретично обґрунтованих педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії було проведено формувальний етап педагогічного експерименту, в якому брали участь студенти Бердянського державного педагогічного університету, Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова та Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка, що входили до контрольних ($n = 71$ особа) та експериментальних ($n = 73$ особи) груп.

Студенти контрольних груп навчалися відповідно до традиційної системи професійної підготовки у вищій школі, в підготовку студентів експериментальних груп впроваджувалися виявлені та теоретично обґрунтовані педагогічні умови формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Динаміка рівнів сформованості готовності студентів контрольних і експериментальних груп до професійної діяльності у фітнес-індустрії (рис. 2).

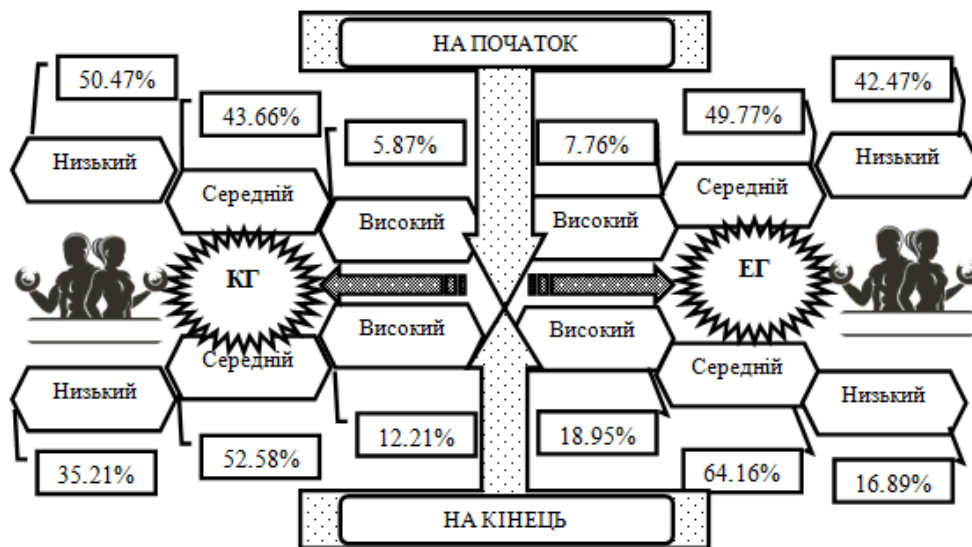


Рис. 2. Динаміка рівнів сформованості готовності студентів контрольних і експериментальних груп до професійної діяльності у фітнес-індустрії (%)

Після завершення педагогічного експерименту дані, що характеризують високий рівень сформованості готовності до професійної діяльності у фітнес-індустрії, збільшилися у студентів контрольних груп з 5,87% до 12,21% та у студентів експериментальних груп з 7,76% до 18,95%. Відповідно змінилися дані, що характеризують середній рівень сформованості готовності до професійної діяльності у фітнес-індустрії, (у контрольних групах з 44,60% до 50,70% та у експериментальних групах з 49,77% до 64,16%). Дані, що характеризують низький рівень сформованості готовності до професійної діяльності у фітнес-індустрії, зменшилися (у контрольних групах 49,53% до 47,09% та у експериментальних групах з 42,47% до 16,89%).

Факторний аналіз результатів дослідження структури готовності студентів експериментальних груп до професійної діяльності у фітнес-індустрії визначився трьома факторами, що пояснюють 73,64 % сумарної дисперсії ознак. Після проведення педагогічного експерименту найбільш значущими структурними компонентами готовності, які формують фактор 1, є мотиваційно-аксіологічний та процесуальний компоненти готовності, а також додається до цього фактору наявність такої складової особистісного компонента, як креативність (пояснюючи 27,37 % загальної дисперсії). Фактор 2 формують інтелектуальний та оцінно-рефлексивний компоненти (що пояснює 25,8 % загальної дисперсії). Фактор 3 утворюється такою складовою особистісного компонента, як асертивність (що пояснює 20,47 % загальної дисперсії).

Вказано, що структура готовності студентів експериментальних груп до професійної діяльності у фітнес-індустрії за результатами формувального етапу педагогічного експерименту відрізняється підвищенням вкладу таких складових особистісного компонента, як асертивність та креативність.

Аналіз результатів педагогічного експерименту підтвердив ефективність виявлених і теоретично обґрунтованих педагогічних умов готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

ВИСНОВКИ

У дисертації запропоновано шляхи розв'язання актуальної проблеми формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії, яка знайшла відображення в розробленій моделі, яка передбачала реалізацію визначених педагогічних умов.

1. З'ясовано стан розробленості проблеми формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії у педагогічній теорії й практиці. Процес розвитку держави ініціює пошук нових форм, методів і засобів навчання, які могли б забезпечити формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. Уточнено зміст понять «формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії» та «готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії». Формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії розглядається як цілісний процес, який здійснюється у закладах вищої освіти з метою отримання студентами кваліфікації з надання ефективних послуг щодо розвитку рухових здібностей, морфофункціональних кондицій для успішного виступу на спортивних змаганнях та оздоровлення, шляхом проведення спеціально організованих фітнес-програм. Готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії розглядається нами як цілісна інтегративна характеристика особистості, в основі якої лежить система професійно-ціннісних орієнтацій, що дозволить випускникам закладів вищої освіти, швидко відкрити для себе середовище фітнес-індустрії та успішно розвиватися в професійній діяльності. Фітнес-індустрія розглядається

як сфера послуг, сукупність різних суб'єктів фітнес-діяльності (фітнес клуби, фітнес-центри, спортивні клуби, студії, спортивно-оздоровчі центри, оздоровчі центри, тренажерні зали), що надають фітнес-послуги, із залучення до здорового способу життя, підтримки, збереження та зміцнення здоров'я людини, а також досягнення високих спортивних результатів.

2. Теоретично обґрунтовано структуру готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. Мотиваційно-аксіологічний компонент охоплює ціннісні орієнтації, мотиви та потреби майбутніх фітнес-тренерів, які зумовлюють успішне здійснення ним професійної діяльності у фітнес-індустрії. Інтелектуальний компонент готовності передбачає наявність у майбутніх фітнес-тренерів знань, необхідних для здійснення професійної діяльності у фітнес-індустрії. Процесуальний компонент готовності визначається наявністю у майбутніх фітнес-тренерів професійно орієнтованих умінь та навичок, які дозволяють ефективно здійснювати професійну діяльність у фітнес-індустрії. Особистісний компонент готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії передбачає наявність професійно значущих та особистісних якостей, зокрема креативності та асертивності. Оцінно-рефлексивний компонент готовності відображає наявність здібностей аналізувати та оцінювати власну готовність до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

3. Визначено критерії й показники та охарактеризовано рівні сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. Мотиваційний критерій визначає ступінь сформованості суспільно значущих цінностей студентів, мотивації на досягнення успіху у професійній діяльності фітнес-тренера та кар'єрного росту у фітнес-індустрії. Показником цього критерію є наявність суспільно значущих цінностей студентів, мотивації на досягнення успіху у професійній діяльності фітнес-тренера та кар'єрного росту у фітнес-індустрії. Інформаційно-пізнавальний критерій визначає ступінь оволодіння знаннями щодо сутності та змісту майбутньої професійної діяльності у фітнес-індустрії. Показником цього критерію є наявність знань щодо сутності та змісту майбутньої професійної діяльності у фітнес-індустрії. Діяльнісно-творчий критерій визначає ступінь оволодіння вміннями та навичками студентів, необхідними для успішної професійної діяльності у фітнес-індустрії. Показником цього критерію є наявність вмінь та навичок студентів, необхідних для успішної професійної діяльності у фітнес-індустрії. Особистісний критерій визначає ступінь сформованості асертивності та креативності студентів, які впливають на успішність професійної діяльності та здатність продуктивно функціонувати у фітнес-індустрії. Показником цього критерію є наявність асертивності та креативності студентів, які впливають на успішність професійної діяльності та здатність продуктивно функціонувати у фітнес-індустрії. Рефлексивний критерій визначає ступінь сформованості рефлексивних вмінь студентів щодо адекватної самооцінки себе як суб'єктів, здатних до ефективно професійної діяльності у фітнес-індустрії. Показником цього критерію є наявність

рефлексивних вмінь студентів щодо адекватної самооцінки себе як суб'єктів, здатних до ефективної професійної діяльності у фітнес-індустрії.

4. Розроблено модель формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. Потребнісно-мотиваційний блок включає мету (формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії) та завдання (формування стійкої мотивації та ціннісного ставлення майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії; оптимальне поєднання змісту, форм, методів і засобів навчання для ефективного оволодіння майбутніми фітнес-тренерами знаннями, вміннями та навичками щодо здійснення професійної діяльності у фітнес-індустрії; розвиток досвіду самостійної та творчої професійної діяльності у фітнес-індустрії). До теоретико-методологічного блоку входять методологічні підходи (компетентнісний, акмеологічний, аксіологічний та системний) та принципи (принцип науковості, принцип неперервності, принцип варіативності та особистісної зорієнтованості, принцип рефлексивності, принцип зв'язку теорії з практикою, принцип професійної мобільності). До змістово-практичного блоку входять теоретична підготовка, практична підготовка, контекстно-наукова підготовка та особистісно-розвивальна підготовка. Теоретична підготовка передбачає оволодіння знаннями, вміннями та навичками з таких дисциплін, як «Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності» (2 курс), «Основи раціонального харчування» (3,4 курс), «Оздоровчі заняття у воді» (4 курс), «Оздоровчий фітнес» (4 курс). Практична підготовка передбачає проходження практик за профілем навчання. Контекстно-наукова підготовка характеризує участь у студентських наукових гуртках, олімпіадах і науково-практичних конференціях із залученням провідних фахівців у сфері фітнес-індустрії. Особистісно-розвивальна підготовка передбачає наявність у майбутніх фітнес-тренерів таких професійно-важливих якостей, як креативність у використанні засобів фітнесу, асертивність та здатність до рефлексії. Технологічний блок містить форми, методи та засоби формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. Критеріально-оцінювальний блок містить: структурні компоненти готовності (мотиваційно-аксіологічний; інтелектуальний; процесуальний; особистісний; оцінно-рефлексивний) готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії, критерії (мотиваційний, інформаційно-пізнавальний, діяльнісно-творчий, особистісний, рефлексивний), показники та рівні (низький, середній, високий) сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. Результатом є сформована готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

5. Експериментально перевірено ефективність виявлених і теоретично обґрунтованих педагогічних умов формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії, до яких віднесено: урахування у змісті підготовки майбутніх фітнес-тренерів сучасних особливостей ринку праці у фітнес-індустрії; активізація навчально-пізнавальної діяльності майбутніх фітнес-тренерів за рахунок впровадження

інноваційних освітніх технологій; залучення майбутніх фітнес-тренерів до використання сучасних засобів інформаційно-комунікаційних технологій у професійній діяльності, пов'язаній з фітнес-індустрією. Дослідження показали, що вищий приріст високого та середнього рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії в експериментальних групах порівняно з контрольними групами. Так, прирости високого та середнього рівнів сформованості готовності до професійної діяльності у фітнес-індустрії склали у контрольних групах відповідно 6,34% та 8,92%, у експериментальних групах – відповідно 11,19% та 14,38%. Низький рівень сформованості готовності до професійної діяльності у фітнес-індустрії зменшився у контрольних групах на 15,26%, у експериментальних групах – відповідно на 25,57%.

Проведене дослідження не претендує на всебічне розв'язання проблеми формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. Подальшого вивчення потребують питання, пов'язані з вивченням закордонного досвіду підготовки майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії.

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

Статті у наукових фахових виданнях України

1. Прима А. В. Реалізація компетентнісного підходу у формуванні професійної компетентності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)» збірник наукових праць / За ред. Г. М. Арзютова. Київ: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. Випуск 3К2 (71) 16. С. 266–269.*

2. Прима А. В., Путров С. Ю. Особливості закордонного досвіду підготовки фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки : зб. наук. пр. Бердянськ : БДПУ, 2017. Вип.2. С. 302–307.*

3. Прима А. В. Термінологія формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)» збірник наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. Випуск 3К (84). С. 382–385.*

4. Прима А. В. Структура готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)» збірник наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2018. Випуск 3К (97). С. 447–450.*

**Статті у зарубіжних наукових періодичних виданнях і виданнях,
віднесених до міжнародних наукометричних баз даних**

5. Prima A. V., Putrov S. Y. Features of formation of readiness of future fitness trainers for professional work in the fitness industry. *Scientific heritage*. Budapest, 2017. № 9 (9). P. 2. P. 92–96.

6. Прима А. В. Сучасний погляд на формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: педагогіка*. 2016. № 3. С. 108–115. (Видання внесено до міжнародної наукометричної бази *Index Copernicus*).

7. Прима А. В. Формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії: проблеми та перспективи. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: педагогіка*. 2017. № 3. С. 52–59. . (Видання внесено до міжнародної наукометричної бази *Index Copernicus*).

8. Прима А. В. Про формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)» збірник наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка*. К : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Випуск 3 К (110)19. С. 472–475. . (Видання внесено до міжнародної наукометричної бази *Index Copernicus*).

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

9. Прима А. В. Про фітнес як засіб для забезпечення оптимальної якості життя. *Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту і туризму: тези доповідей VI Міжнародної науково-практичної конференції (20-21 жовтня 2016, Запоріжжя)* Запоріжжя: КПУ, 2016. С. 153–154.

10. Прима А. В. Роль компетентнісного підходу у формуванні готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти України: матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції (23 березня 2017, Київ); за заг. ред. Е. В. Лузік, О.М. Акмалдінової*. Київ: НАУ, 2017. С. 104–105.

11. Прима А. В. Підготовка майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії як пріоритетний напрям у вищій фізкультурній освіті. *Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції (5-7 квітня 2017, Харків)*. Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2017. С. 258–260.

12. Прима А. В. Формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до культивування здорового способу життя. *Педагогіка здоров'я: збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково-практичної конференції (7-8 квітня 2017, Чернігів.); ред. колегія : С. М. Шкарлет [та ін.]*. Чернігів, 2017. Т. 2. С. 230–234.

13. Prima A.V., Putrov S.Yu. Theoretical aspects of forming the readiness of future fitness trainers for professional activity in fitness industry. *Глобальні виклики*

педагогічної освіти в університетському просторі: матеріали III Міжнародного Конгресу (18-21 травня 2017, Одеса). Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2017. С. 641–642.

14. Прима А. В., Сущенко Л.П. Деякі чинники формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії *Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини: матеріали I Міжнародної заочної науково-практичної конференції (12 жовтня 2017, Одеса). Одеса, 2017. С. 83–86.*

15. Прима А. В. Сутність формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. *Сучасні тенденції розвитку освіти й науки: проблеми та перспективи: збірник наукових праць. – Львів–Кельце, 2017. Вип. 1. С. 215–219.*

16. Прима А. В. Інноваційна складова формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. *Інноваційні технології в науці та освіті. Європейський досвід: матеріали міжнародної конференції (21–24 листопада 2017, м. Відень, Австрія). Дніпро-Відень, 2017. Т 2. С.112–116.*

17. Прима А. В., Путров О. Ю. Сформована готовність до професійної діяльності у фітнес-індустрії як результат підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах. *Фізичне та спортивне виховання у вищих навчальних закладах: тези доповідей науково-практичної конференції / (13–15 жовтня 2017 Запоріжжя). Запоріжжя : ЗНТУ, 2017. С. 16–21.*

Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

18. Прима А. В., Сущенко Л. П., Путров С. Ю., Колощук І. О. Комп'ютерна програма «ПСПК: моніторинг рівнів сформованості готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії». Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 79829 від 15.06.2018 р., видане Міністерством економічного розвитку і торгівлі України.

19. Іванова Л. І., Путров С. Ю., Сущенко Л. П., Прима А. В. Теорія технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навчальний посібник. Київ: ТОВ «Промтехносервіс Україна». 2018. 206 с.

АНОТАЦІЇ

Прима А. В. Формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2019.

Виявлено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено педагогічні умови формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії (урахування у змісті підготовки майбутніх фітнес-тренерів сучасних особливостей ринку праці у фітнес-індустрії; активізація навчально-пізнавальної діяльності майбутніх фітнес-

тренерів за рахунок впровадження інноваційних освітніх технологій; залучення майбутніх фітнес-тренерів до використання сучасних засобів інформаційно-комунікаційних технологій у професійній діяльності, пов'язаній з фітнес-індустрією).

Розроблено модель формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії, яка включає мету та завдання, базується на засадах методологічних підходів (компетентнісного, акмеологічного, аксіологічного та системного) та принципів, ґрунтується на теоретичній, практичній, контекстно-науковій та особистісно-розвивальній підготовці, а також на відповідних структурних компонентах, критеріях, показниках і рівнях, враховує відповідні форми, методи і засоби, в якій результатом визначено сформована готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії;

Уточнено зміст понять «формування готовності майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії», «готовність майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у фітнес-індустрії» та «фітнес-індустрія».

Ключові слова: формування готовності, майбутні фітнес-тренери, професійна діяльність, фітнес-індустрія.

Pryma A. V. The formation of the readiness of the future fitness trainers for professional activities in the fitness industry. – Printed as manuscript.

Thesis for the degree of candidate of pedagogical sciences in specialty: 13.00.04 – theory and methods of professional education. – National Pedagogical Dragomanov University, Kyiv, 2019.

The pedagogical conditions for the formation of the readiness of the future fitness trainers for professional activities in the fitness industry have been identified, theoretically substantiated, and experimentally verified (modern labor market features in the fitness industry are taken into account in the content of preparing future fitness trainers; intensification of the educational and cognitive activities of the future fitness trainers in the result of the introduction of innovative educational technologies, attracting future fitness trainers to use modern means of information and communication technologies in professional activities related to the fitness industry).

A model has been developed for the formation of the readiness of the future fitness trainers for professional activities in the fitness industry, including goals and objectives. The model is based on the principles of methodological approaches (competency-based, acmeological, axiological and systemic) based on theoretical, practical, contextual-scientific and personality-developmental training, as well as on the corresponding structural components, criteria, indicators and levels. The model takes into account the appropriate forms, methods and means, the result is the preparedness of the future fitness trainers for professional activities in the fitness industry.

The content of the concepts «formation of the readiness of the future fitness trainers for professional activities in the fitness industry», «readiness of the future fitness trainers for professional activities in the fitness industry» and «fitness industry» was clarified.

The formation of the readiness of the future fitness trainers for professional activities in the fitness industry is considered as a holistic process that is carried out in higher education institutions with the aim of obtaining students the qualifications to provide effective services for the development of motor abilities, morphofunctional conditions for successful performance at sports competitions and rehabilitation, by conducting specially organized fitness programs.

The readiness of the future fitness trainers for the professional activities in the fitness industry is considered by us as a holistic integrative characteristic of a person, which is based on a system of professional and value orientations, which will allow graduates of higher educational institutions to quickly discover the environment of the fitness industry and successfully develop in their professional activities.

The fitness industry is considered as a service industry, a set of various subjects of fitness activities (fitness clubs, fitness centers, sports clubs, studios, sports and fitness centers, health centers, gyms) that provide fitness services to attract a healthy lifestyle, support, preservation and strengthening of human health, as well as achieving high sports results.

The structure of readiness (motivational-axiological, intellectual, procedural, personal and evaluative-reflective components) of future fitness trainers for professional activities in the fitness industry has been improved; criteria (motivational, informational, cognitive, activity-creative, personal and reflective) and indicators that made it possible to assess the level of formation of the readiness of future fitness trainers for professional activities in the fitness industry; forms, methods and means of forming the readiness of future fitness trainers for professional activities in the fitness industry.

Scientific provisions on the design of the content of the formation of the readiness of the future fitness trainers for professional activities in the fitness industry received further development.

Key words: readiness formation, future fitness trainers, professional activities, fitness industry.



Підписано до друку 28.10.2019 р. Формат 60x84/16.
Папір офсетний. Гарнітура Times.
Наклад 100 пр. Зам. № 308
Віддруковано з оригіналів.

Видавництво Національного педагогічного університету
імені М.П. Драгоманова. 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9
Свідоцтво про реєстрацію № 1101 від 29.10.2002.
(044) 239-30-26.