

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра фітнесу та рекреації

Жданова О.М.
Чеховська Л.Я.

ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ З ФІТНЕСУ ЗА КОРДОНОМ

Лекція з навчальної дисципліни

«Професійна діяльність фахівця з фітнесу і рекреації»

для студентів спеціальності 014.11 – середня освіта (фізична культура)

“ЗАТВЕРДЖЕНО”

на засіданні кафедри фітнесу та рекреації

„2” вересня 2019 р. протокол № 2

Зав.каф. _____

Жданова О.М.

Львів 2019

План:

Вступ

1. Підготовка фахівців з фітнесу у США
2. Підготовка фахівців з фітнесу в ряді європейських країн
3. Підготовка фахівців з фітнесу в Японії

Висновки

Вступ

Найважливішим завданням теорії та методики професійної освіти є пошук нових форм, засобів і методів, які б допомогли сформуванню ефективної системи підготовки магістрів з оздоровчого фітнесу та рекреації, яка максимально відповідає умовам та вимогам професійної діяльності з оздоровлення населення засобами фізичної культури.

Лекція присвячена аналізу та порівнянню інформації, щодо підготовки фахівців з фітнесу у зарубіжних країнах. Літературні джерела свідчать, що у зарубіжних країнах (США, європейські країни, Японія та ін.) склалася своя досить струнка система підготовки та сертифікації фахівців з фітнесу, тісно пов'язана з технологією оздоровчої роботи.

Ця технологія суворо конкретизована за видами діяльності (організаторська, управлінська, консультативно-методична, викладацька тощо) та відповідає змісту професії того, чи іншого фахівця, який відповідає за здійснення конкретних функцій. Окрім того, простежується *чітка ієрархічність професій*, що визначається освітнім рівнем фахівців та стимулює їх постійно приділяти прискіпливу увагу до підвищення своєї кваліфікації. У нашій країні подібна диференціація функціональних обов'язків фахівців та ієрархічність професій тільки розвивається. Тому для нас є дуже важливим досвід зарубіжних країн.

1. Підготовка фахівців з фітнесу в США

Провідне місце у системі підготовки фахівців з оздоровчого фітнесу у зарубіжних країнах посідають США. Причиною цього (з 70-х років) стали тенденції у соціальному житті, демографічні зміни та вплив засобів масової інформації, спрямований на формування здорового способу життя.

Збільшення кількості нових робочих місць для фахівців з фітнесу потребувало нових, більш ґрунтовних знань цих фахівців, зокрема анатомії, фізіології, кінезіології, а також спортивного маркетингу та основ серцево-судинної реабілітації.

Через велику різноманітність університетських програм підготовки фахівців оздоровчого профілю у 1988 р. Національна асоціація спорту та фізичного виховання у співробітництві з американським Союзом здоров'я, фізичного виховання і танців розробила *академічні стандарти* для навчання студентів. Ці стандарти забезпечують студентів «вхідним» (початковим) рівнем знань та практичних умінь, необхідним для проведення занять оздоровчого спрямування по широкому колу спеціалізацій у галузі фітнесу.

На основі розроблених стандартів до переліку спеціальностей, за котрим проводиться підготовка аспірантів, додатково введено спеціальність «Фітнес».

Понад 30 років тому в галузі фізичного виховання були сформовані альтернативні *сертифікаційні програми професійної підготовки* фахівців з фітнесу. В їх основі - відповідність фітнес-професій технології фізкультурно-оздоровчої роботи.

Назви професій та зміст діяльності: консультант зі здорового способу життя та контролю маси тіла; технолог з тестування; фахівець з тестування; фахівець з рухової активності (реабілітолог); керівник занять. інструктор оздоровчого фітнесу; персональний тренер з фітнесу; директор фітнес-програм (фітнес-менеджер).

В університетах США різко стало знижуватися число студентів, які навчаються за програмами підготовки вчителів фізичного виховання у навчальних закладах. Водночас зростало бажання американців зайнятися

зміцненню свого здоров'я іншими, відмінними від фізичного виховання, засобами. Навіть сам термін *«фізичне виховання»* зазнав трансформації.

Підготовка фахівців з фітнесу здійснюється у США не тільки в *університетах та коледжах*. В країні нараховується понад 250 організацій: федерацій, асоціацій, компаній, котрі поза державною системою освіти проводять підготовку фахівців, нерозривно пов'язану з технологією надання фітнес-послуг. Не всі організації проводять однаково за рівнем підготовку. При цьому дискусійним є питання про те, *хто має встановлювати стандарти оцінки кваліфікації інструкторів фітнесу* - навчальні заклади чи інші організації у сфері фітнес - індустрії, котрі також проводять підготовку?

2. Підготовка фахівців з фітнесу у ряді європейських країн (Франція, Фінляндія, Польща)

У Законі **Французької Республіки** про організацію та підвищення ролі рухової активності у суспільстві записано: *«Державні та інші уповноважені на це навчальні заклади здійснюють початкове і подальше навчання штатних кадрів у галузі рухової активності. Спортивні федерації забезпечують навчання та підвищення кваліфікації своїх працівників»* (ст. 45). Відповідно до цієї статті Закону, підготовку кадрів з фізичного виховання і спорту у Франції здійснюють *різного роду навчальні заклади*. До першої групи ВНЗ належить Національний інститут фізичного виховання та спорту, де здійснюється підготовка за двома профілями: тренер та керівник фізичного виховання (в основному для проведення позакласної та позашкільної фізкультурно-оздоровчої роботи). Названий вищий навчальний заклад готує кадри для системи Міністерства у справах молоді і спорту.

До цієї групи навчальних закладів належать *університети*, у структурі *дев'ятнадцяти з них створено спеціалізовані факультети з фізичного виховання і спорту*. У цих вузах підготовка кадрів реалізується за *ширшим спектром профілів*: викладач фізичного виховання, тренер, педагог-організатор

фізкультурно - масової роботи, фахівець з роботи з інвалідами, спортивний менеджер тощо.

У зв'язку з цим сучасний висококваліфікований фахівець має обов'язково володіти рядом якостей. Французькі дослідники включають до «формули» наступні якості: професіоналізм, ініціативу, творчість, адаптацію, динамізм тощо.

Фінляндія утримує незаперечне лідерство на європейському континенті за кількістю населення, котре займається різними видами рухової активності. В країні ведеться підготовка фахівців наступних профілей: викладачі фізичного виховання, фізіотерапевти (реабілітологи), викладачі наук про здоров'я.

В країні розповсюджена *спільна підготовка фахівців*. Модель спільної підготовки кадрів з фізичного виховання та спорту окремих профілів або на окремих рівнях навчання базується на кількох основних підходах: участь у підготовці фахівців різних факультетів одного вузу; участь у підготовці фахівців кількох вищих навчальних закладів одного або різних профілів; участь у підготовці фахівців навчальних закладів різних країн світу (використання міжнародних освітніх програм).

Процес отримання вищої академічної освіти, як в університеті в цілому, так і на Факультеті спорту і здоров'я, складається з *двох етапів*. Після завершення першого етапу, котрий триває 3-4 роки, випускник отримує академічний ступінь бакалавра. Для отримання вищого ступеня майстра (магістра) необхідно вчитися 5-7 років. Освітня та наукова діяльність Факультету спорту і здоров'я здійснюється у двох основних галузях: *науках про спорт та науках про здоров'я*. В обох цих галузях метою факультету є підготовка фахівців різного рівня, у тому числі підготовка наукових кадрів.

У вищих навчальних закладах **Польщі** проводиться підготовка фахівців різних освітніх напрямків, які дещо відрізняються від напрямків фізкультурної освіти в Україні. Зокрема у більшості навчальних закладів, які готують

фізкультурні кадри, є такі напрямки освіти: фізичне виховання, фізіотерапія (фізична реабілітація), туризм і рекреація. Державні навчальні заклади, які готують фахівців зазначених напрямків це: академії фізичного виховання; факультети в класичних університетах; факультети в технічних університетах. Окрім того фахівців готують у приватних навчальних закладах.

Навчання за названими напрямками є ступеневим і складається зі студій першого ступеня – ліцензіатських (бакалаврських) і студій другого ступеня – магістерських. Навчання на ліцензіатських студіях триває три роки, на магістерських – два роки.

Набір на 1 курс напряму освіти «Туризм і рекреація» здійснюється із числа випускників загальноосвітніх навчальних закладів. Всі студенти напрямку навчання «Туризм і рекреація» студій першого ступеня навчаються за єдиним навчальним планом. На різних курсах студенти вивчають загальноосвітні предмети і предмети напрямку навчання, зокрема: біологічні основи фізичної активності; основи туризму; основи рекреації; обслуговування туристичного руху; економіку туризму і рекреації; управління туристичне і рекреаційне; педагогіку вільного часу; основи маркетингу; туризм активний і кваліфікований; історію туризму і рекреації; основи господарської діяльності в послугах туристичних і рекреаційних; активний відпочинок; активні форми туризму і рекреації; збалансований туризм та інші.

У продовж третього року навчання на ліцензіатських студіях студенти пишуть дипломну роботу, тема якої відповідає напряму освіти «Туризм і рекреація» Захист дипломної роботи проводиться наприкінці навчання на студіях 1 ступеня.

На магістерських студіях, які тривають два роки (чотири семестри), студенти навчаються у продовж першого семестру за однаковим навчальним планом, а наприкінці семестру обирають магістерську спеціальність і продовжують навчатися за спеціальністю у продовж трьох семестрів.

Спеціальності, за якими навчаються магістранти, навчальний заклад визначає самостійно, враховуючи вимоги ринку праці та наявні можливості підготовки магістрів відповідної спеціальності.

3. Підготовка фахівців з фітнесу в Японії

В Японії прагнення досягти високого рівня фізичного здоров'я пронизує усю систему освіти та професійної діяльності та являє собою одну з особливостей японської нації. Розвиток оздоровчого фітнесу здійснюється у рамках національної програми «Здорова Японія – 21-е століття», що передбачає не тільки збільшення числа тих, хто займається руховою активністю, але й створює організаційно - методичні умови для підготовки фахівців фізкультурно-оздоровчого профілю. Так, у розділі цієї програми «Розвиток фізичного фітнесу» приділено велику увагу підготовці *«тренерів зі здоров'я»*, котрі мають володіти знаннями як з медицини, так і з фізичного виховання та бути здатними рекомендувати заняття за різними фітнес - програмами, орієнтуючись на показники здоров'я та фізичної підготовленості людини. При цьому слід відзначити суворе дотримання встановлених стандартів, вимог до професійної діяльності, що взагалі є характерним для будь - якої сфери діяльності в Японії.

Державна система підготовки фахівців з фітнесу проводиться Міністерством освіти, науки та культури, котре розробило вимоги до сертифікації знань та умінь інструкторів зі спорту, у тому числі інструкторів з рекреаційних та оздоровчих занять. Так, нині Міністерство освіти, науки та культури проводить *підготовку та сертифікацію фахівців з шести напрямів:*

- *Інструктори з видів спорту (1-3):* 1) регіональні інструктори зі спорту; 2) інструктори зі спорту вищих досягнень; 3) інструктори фітнес клубів.
- *Інструктори зі спорту для широких верств населення (4-6):* 4) методисти зі спорту; 5) інструктори з рекреації; 6) інструктори з роботи з дітьми та молоддю.

Освітні програми за цими категоріями здійснюють в основному спортивні федерації, такі, як Асоціація аматорського спорту Японії.

Підготовка фахівців фізкультурно-оздоровчого профілю здійснюють також громадські організації Японії.

Наприклад, Японська аматорська спортивна асоціація проводить різні курси за програмами, затвердженими Міністерством освіти, науки та культури для різних категорій фахівців, у тому числі для фітнес-тренерів (Fitness Trainer) комерційних фітнес-клубів.

Таким чином, як і в інших країнах, разом із університетською (академічною) освітою функціонує система підготовки фахівців для фітнес-індустрії через систему курсів.

Висновок

Незважаючи на існування значних відмінностей в освітніх системах, в усіх без виключення європейських країнах та Японії здійснюється підготовка фахівців з фізкультурно - оздоровчої роботи. Профілі фахівців, які готуються у зарубіжних країнах, визначаються на основі запитів соціальної практики.

В усіх вищерозглянутих зарубіжних країнах підготовка фахівців з фітнесу здійснюється в університетах (академічна освіта) та через систему різноманітних курсів, шкіл, студій, які організовані різноманітними установами, що культивують фітнес.

Порівняльний аналіз співвідношення професій зарубіжних фахівців указує на значне кількісне перебільшення різних професій в США, що можна пояснити вищим рівнем розвитку сфери надання фізкультурно-оздоровчих послуг, порівняно з існуючою практикою в Європейських країнах.

Література

Основна

1. Березанская, М. (2013), «Порівняльна характеристика професій фахівців із рухової активності та здорового способу життя у США й Україні», Молода

спортивна наука України, Вип. 17., Т. 4, С. 10 –16.

2. Василенко, М.М. (2013), «Досвід підготовки тренерів з фітнесу в країнах Балтії», Вісник Чернігівського національного педагогічного університету, Вип. 107, Т. 1, С.85–89
3. Жданова, О., Чеховська, Л., Шевців, У. (2016), «Підготовка фахівців з оздоровчого фітнесу за кордоном», Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології, № 3, С. 88 – 91.
4. Левицкий, В. В. (2011), «Кадровое обеспечение сферы оздоровительного фитнеса в зарубежных странах», Наука в олимпийском спорте, № 3, С. 72–84.
5. Твердохліб, О., Кузьменко Н., Лускань О. (2010), «Аналіз сучасних систем підготовки спеціалістів з оздоровчого фітнесу в США, Західній Європі, Росії, Україні», Науковий часопис Національного педагогічного університету ім.М.П.Драгоманова, Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), Вип.6, С.295-299.
6. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу: навч. посібник / Ю.Беляк, І.Грибовська, Ф.Музика, В.Іваночко, Л.Чеховська. – Львів: ЛДУФК, 2018. – 208с.
7. Чеховська Л.Я. Оздоровчий фітнес у сучасному суспільстві: монографія. Львів: ЛДУФК імені Івана Боберського; 2019. 293 с.
8. Шестакова, Е.В. (2017), «Формирование системы подготовки квалифицированного персонала сферы фитнес индустрии на основе профессионального стандарта», Российское предпринимательство, Том 18, №16, С.2377-2388.

Допоміжна

1. Карпей Э. Энциклопедия фитнеса.— М.: Гранд, 2003. — 368 с.
2. Фізична рекреація: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз..виховання і спорту / Приступа Є.Н., Жданова О.М., Линець М.М.[та ін.]; за наук. ред.. Євгена Приступи.-Дрогобич: Коло, 2010.-390с.