

## ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Оксана КОРНОСЕНКО

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка,  
м. Полтава, Україна, e-mail: potaifk@mail.ru*

**Анотація.** За допомогою теоретичних, емпіричних і математичних методів встановлено, що професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів в Україні може здійснюватися двома шляхами: у вищих навчальних закладах і «школах фітнесу»; виявлено вищі навчальні заклади України, які здійснюють професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів; проаналізовано напрями і результати підготовки фітнес-тренерів у «школах фітнесу». Констатовано, що вищі, які готують фітнес-тренерів здатні здійснювати якісну підготовку і формувати професійні компетенції в повному обсязі. Отримані у «школі фітнесу» окремі знання, уміння та навички не відповідають вимогам до рівня підготовленості сучасного фітнес-тренера, через свою фрагментарність і частковість, їх не достатньо для якісного виконання професійних обов'язків.

**Ключові слова:** професійна підготовка, фітнес-тренер, компетенції.

**Постановка проблеми.** Нині основною організаційною ланкою менеджменту у фізкультурно-оздоровчій діяльності серед дорослого населення є фітнес-клуби, які призначені для задоволення широкого спектру фізкультурно-оздоровчих інтересів і потреб людей різного віку. Заняття фітнесом повністю задовольняють норми рухової активності людини, що сприяє збереженню і зміцненню фізичного здоров'я, різноманіття програм робить їх доступними й привабливими для відвідувачів. Підвищений інтерес населення до різновидів фітнесу зумовлює появу й розвиток нових течій і напрямів, що створює конкуренцію між фітнес-клубами та висуває високі вимоги до рівня професійної компетентності фітнес-тренера. У цьому контексті спостерігається дефіцит чіткого визначення професійних функцій та компетенцій фітнес-тренера, моделі підготовки, змісту та критеріїв сформованості його професійної готовності тощо. Ця обставина, головним чином, пов'язана з тим, що поглиблених наукових надбань й досліджень щодо професійної діяльності фітнес-тренера недостатньо.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Частково дослідження проводили російські учені щодо застосування інноваційних фітнес-технологій (І. Одинцова) [8], проектування комбінованих фітнес-програм, побудованих на основі засобів оздоровчої аеробіки (О. Бурдигіна, Н. Голякова, І. Дубогризова, Л. Корольова, Є. Попова та ін.) [2], розробки навчальних програм підвищення кваліфікації фахівців з фітнесу (Д. Калашников) [5]. Певні дослідження здійснювали і в напрямі формування професійних знань і умінь проведення занять з базової аеробіки у студентів вищих навчальних закладів (ВНЗ) (Л. Сіднева) [10].

Українські учені також вивчали різні аспекти професійної діяльності фітнес-тренерів, зокрема теоретико-методичні основи організації та проведення занять зі степ-аеробіки досліджено у працях В. Дорошенко, В. Кренделєвої, Р. Боженко, Т. Пасічної та ін. [1, 3, 6], тренування з фітболом – О. Лядської, Т. Чібісової та ін. [7]. Методичні принципи проведення занять з базової аеробіки розкривають праці Г. Айзятуллової, Л. Люйк, В. Кренделєвої та ін. [6], тренування жінок з використанням ковзних поверхонь – Д. Підкопай [9], дослідження впливу спінбайк-аеробіки на рівень фізичного стану чоловіків – Р. Боженко [1]. Великий внесок у розвиток сучасних напрямів оздоровчих видів гімнастики та їх упровадження в практику фізичної культури та фітнесу зробили учені Ж. Белокопитова, Є. Бірюк, І. Грибовська, О. Губарева, М. Данилевич, В. Іваночко, О. Остапенко, Т. Пасічна, К. Сидорченко та ін. [4]

Проте в Україні й донині доволі фрагментарно проводяться дослідження, які б розкривали проблеми професійної підготовки фітнес-тренера. Така прогалина в наукових дослі-

дження зумовлює дефіцит науково встановлених, перевірених та обґрунтованих знань про закономірності і факти, які визначають професійні компетенції, умови й модель підготовки фітнес-тренера, вимоги до рівня готовності тощо.

**Мета статті** – на основі констатувального експерименту визначити шляхи отримання професійної освіти за кваліфікацією «фітнес-тренер»; дослідити якість і результати освітніх послуг, що надають різні навчальні установи при підготовці майбутніх фітнес-тренерів.

**Методи та організація дослідження.** У процесі дослідження нами використовували теоретичні, емпіричні та математичні методи. Теоретичні методи застосовували для визначення проблеми наукового педагогічного дослідження, зокрема професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів. Це, зокрема, аналіз наукової літератури, вивчення й систематизація сутності понять, ідей, аналіз нормативно-правових джерел, матеріалів з досвіду роботи учених, кращих викладачів ВНЗ та фітнес-тренерів.

Для глибшого проникнення в суті проблеми вивчення якості надання освітніх послуг у підготовці фітнес-тренерів ми використовували методи емпіричного дослідження: опитування, бесіду та анкетування. Відповідно до класифікації анкет, були дібрані запитання: за формою – прямі, за структурою – відкриті, за функціями – основні (змістові) та допоміжні. Перед проведенням анкетування в кожній групі експериментатор здійснював усний інструктаж стосовно процедури заповнення анкети.

Математичні методи застосовували для обробки даних, одержаних за методами опитування й анкетування, для підвищення надійності висновків.

**Виклад основного матеріалу.** На основі аналізу літературних джерел і власного досвіду діяльності ми виявили, що професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів в Україні може здійснюватися двома шляхами: підготовка у ВНЗ фізкультурного напрямку і підготовка в «школах фітнесу». Окрім цього, на комерційних засадах фітнес-тренери які уже працюють можуть підвищити свою кваліфікацію відвідуючи фітнес-конвенції (рис. 1).

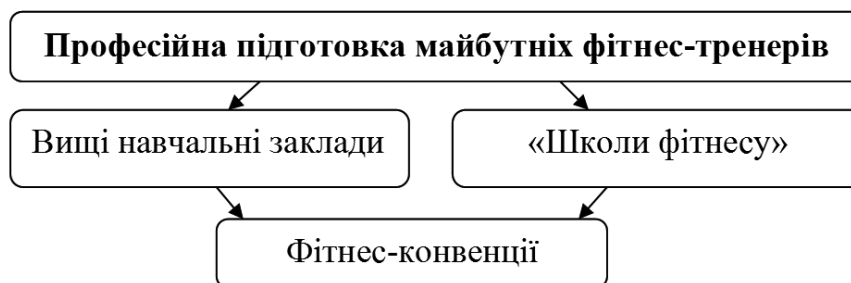


Рис. 1. Система професійної освіти майбутніх фітнес-тренерів

У зв'язку з популярністю фітнесу серед різних верств населення, 2010 року Державний комітет України з питань технічного регулювання та споживчої політики до класифікатора професій (ДК 003:2010) було введено професію «фітнес-тренер» [11]. Це зумовило підвищення інтересу до цієї професії ВНЗ фізкультурного профілю. Нині професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів в Україні здійснюють такі вищі навчальні заклади: Львівський державний університет фізичної культури, Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», Національний університет фізичного виховання і спорту України, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Державний вищий навчальний заклад «Запорізький національний університет» та інші.

Підготовку бакалаврів за напрямом 6.010203 «Здоров'я людини» і професійним спрямуванням «Фітнес та рекреація» здійснює кафедра «Здоров'я, фітнесу та рекреації» Національного університету фізичного виховання і спорту України. Вона надає студентам можливість здобуття таких професійних кваліфікацій, як фітнес-тренер, інструктор з аеробіки, інструктор тренажерної зали, фахівець з організації дозвілля. Також кафедра забезпечує підготовку магістрів за спеціальністю 8.01020303 – «Фітнес та рекреація» надаючи кваліфікацій: «консультант з питань здорового способу життя», «персональний фітнес-тренер», «менеджер у сфе-

рі фітнесу та рекреації», «науковий співробітник у сфері фітнесу та рекреації». Навчальна діяльність студентів за вказаними кваліфікаціями реалізується в процесі викладання таких навчальних курсів: «Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Фітнес-технології», «Основи персонального тренінгу», «Наукові засади формування здорового способу життя», «Менеджмент і маркетинг у сфері фітнесу і рекреації», «Інноваційні технології у фітнесі» та інші.

Підготовку фахівців за напрямком 6.010203 – «Здоров'я людини», спеціальності «Фітнес та рекреація», здійснює кафедра «Здоров'я людини, рекреації та фітнесу» Чернівецького національного університету імені Ю. Федьковича. Студенти, які навчаються за цим напрямом здобувають кваліфікацію «фітнес-тренер», «інструктор з аеробіки», «інструктор тренажерної зали», «інструктор з оздоровчо-спортивного туризму (за видами туризму)», «спортивний аніматор», «викладач фізичної культури». Кваліфікація дає можливість надавати послуги консультанта з питань здорового способу життя, методиста-валеолога, інструктора навчально-тренувального центру, молодшого наукового співробітника (рекреолога). Навчання в магістратурі здійснюється один рік, після чого магістри здобувають кваліфікацію: «викладач ВНЗ», «консультант з питань здорового способу життя», «персональний фітнес-тренер», «фахівець з фізичної рекреації», «менеджер спорту для всіх».

У Державному вищому навчальному закладі «Запорізький національний університет» професійну підготовку фітнес-тренерів здійснює кафедра «Олімпійського та професійного спорту» для студентів за напрямом 6.010203 – «Здоров'я людини». Дисципліни «Фітнес-технології» і «Оздоровчий фітнес» є традиційними у підготовці студентів до діяльності в галузі фітнесу, оздоровчої та спортивної аеробіки. Вони надають можливості оволодіння технікою основних вправ з аеробіки, отримання необхідних знань, умінь та навичок для самостійної педагогічної роботи в школі, реабілітаційної роботи в ДЮСШ та фітнес-центрах, інструкторської діяльності в групах ЛФК та інше.

Узагальненою метою викладання навчальних дисциплін у цих ВНЗ є оволодіння студентами професійними компетенціями в галузі оздоровлення та відновлення людини, засобами фітнесу, зокрема конструктивно-проектувальною, методично-технологічною, професійно-руховою, здоров'язберігальною, психолого-комунікативною, організаційно-управлінською, аналітико-діагностичною компетенціями.

Конструктивно-проектувальна компетенція містить систему знань і умінь проектування навчального процесу взагалі, починаючи від річного та календарного планування, до мезоциклів і мікроциклів, від початку навчально-тренувального заняття до його завершення. Ця компетенція вимагає від тренера умінь створювати реальну модель запланованої діяльності, проектувати конкретні акти взаємодії з людьми на тренувальному занятті.

Методично-технологічна компетенція передбачає систему знань і умінь, необхідних для застосування раціональних методів і технологій у навчально-тренувальному процесі з людьми різного віку. Вона пов'язана із упровадженням в організацію навчального процесу індивідуально-диференційованого підходу, який передбачає урахування особливостей, схильностей та відмінностей людей при виборі методики проведення заняття.

Професійно-рухова компетенція в діяльності фітнес-тренера – це, передусім, достатній рівень фізичної підготовленості, здатність демонструвати вправи на високому рівні технічної майстерності, розвинене відчуття ритму та вміння ним варіювати відповідно до завдань заняття, умінь поєднувати рухову діяльність зі словесним і мімічно-жестуляторним супроводом.

Здоров'язберігальна компетенція є однією з найважливіших, вона заснована на здібностях мотивувати людей щодо дотримання здорового способу життя, формування в них звички й потреби до постійної рухової активності, умінь зберігати і зміцнювати здоров'я, здатностей до самостійних занять фізичними вправами, гармонізації духовної й фізичної сфери.

Психолого-комунікативна компетенція охоплює комунікативні умінь як здатність будувати ефективні дії в певному колі ситуацій міжособистісної взаємодії, умінь адекватно оцінювати власні здібності, можливості, особливості психіки, певний рівень вимогливості.

Організаційно-управлінська компетенція побудована на вміннях залучати людей до певної діяльності, співробітництві з ними в досягненні поставленої мети. Ця компетенція є важливою для фітнес-тренера, від її сформованості залежить рівень і якість практичної роботи.

Аналітико-діагностична компетенція заснована на вміннях здійснювати зворотній зв'язок у своїй діяльності, аналізувати результати тренувального процесу, його ефективність, порівнювати отримані результати із поставленою метою.

Названі компетенції становлять професійну компетентність фітнес-тренера як інтегральну властивість особистості, засновану на взаємопов'язаних знаннях, вміннях і навичках, теоретичній і методичній підготовленості, певному досвіді практичної діяльності, що дає змогу здійснювати оздоровлення дорослого населення, застосовуючи різноманітні сучасні засоби фізичного виховання. Аналіз професійної підготовки, зокрема навчальних дисциплін, призначених для підготовки майбутніх фітнес-тренерів, дав підстави для висновку: вищі навчальні заклади мають потужний потенціал у здійсненні якісної освіти, формуванні у студентів системи професійних компетенцій, що дозволять виконувати професійні функції фітнес-тренера на високому рівні.

Незважаючи на потужність системи професійної підготовки у вищих навчальних закладах, Україна й до нині більшою мірою наслідує американську систему навчання фітнес-тренерів, засновану на сертифікації. Таку підготовку здійснюють приватні клуби, асоціації, федерації, лише окремі з яких мають ліцензію на педагогічну діяльність. В Україні лише незначний відсоток фітнес-тренерів здобуває освіту у ВНЗ. Це зумовлено низкою чинників: тривалістю терміна навчання у виші; відсутністю ліцензії у фітнес-клубу для надання оздоровчих послуг і відповідальності за свою роботу; недбалістю та невимогливістю багатьох фітнес-закладів до рівня освіченості тренерів і персоналу; урахування лише вузької з боків професійної майстерності тренера (переважно рухової) та ін. Ці аспекти призводять до того, що люди без спеціальної фізкультурної освіти, часто взагалі без освіти, працюють у галузі оздоровчого фітнесу.

Потреба у фахівцях з фітнесу і дефіцит часу на їх підготовку спонукали до того, що в різних найбільш індустріально розвинених містах України відкрилися так звані «школи фітнесу», які здійснюють підготовку на комерційній основі за такими напрямками: тренер тренажерної зали, танцювальних і дитячих оздоровчих програм, інструктор з раціонального харчування, масажу та ін. Організатори зауважують, що пройшовши курс навчання в «школі фітнесу» людина отримує сертифікат державного зразка, який придатний для влаштування на роботу в будь-який фітнес-клуб України. У сертифікаті вказано напрям, за яким може працювати особа, а також її кваліфікація. Курси тренерів з фітнесу припускають, що сертифікат видається лише у випадку успішного складання іспиту.

У «школах фітнесу», як правило, обсяг навчального навантаження визначається днями (від 3 до 14), а не годинами. Повний курс навчання передбачає теоретичну і практичну підготовки, складання екзаменів, можливість приходити у центр і займатися у професійній фітнес-студії (з дзеркалами, аудіо-системою та обладнанням). Під час навчання учасники мають можливість отримати знання та набути практичних умінь і навичок з різних видів фітнесу: **класичної аеробіки** (на заняттях використовують хореографію, засновану на базових кроках, випадах, підскоках, поворотах); **степ-аеробіки** (виконання вправ класичної аеробіки на степ-платформі); **тай-бо** (програма з виконанням елементів різних видів єдиноборств – кік-боксингу, тайського боксу та іншого в поєднанні з аеробікою); **йоги**; **Port de Bras** (поєднання елементи хореографії, йоги, пілатесу, стретчингу та силового тренування); **функціонального тренінгу** (силове тренування, побудоване на виконанні вправ з вагою власного тіла або із застосуванням спеціального обладнання) та ін.

Теоретичний курс передбачає вивчення таких типових тем:

- поняття про фітнес, фітнес-індустрії та її розвитку; мета та завдання різних видів аеробіки; особливості сучасної аеробіки та її напрямів;
- основи біомеханіки, анатомії, фізіології;

- структура заняття; термінологія базових рухів і вправ, техніка їх виконання і вплив на організм людини, High-Low та Non-impact варіанти виконання вправ; робота в групах, парах;
- основи музичної грамоти; методи складання та розучування комбінацій: додавання, ділення, модифікації; складання й розучування комбінацій для різних форматів уроку (рівномірний, інтервальний, коловий);
- прийоми регулювання навантаження на заняттях; педагогічна майстерність інструктора, способи формування інструкторських навичок, к'юінг, розвиток комунікативних навичок;
- правила техніки безпеки на заняттях, аналіз заборонених вправ (альтернативні варіанти їх виконання) та надання першої медичної допомоги; особливості проведення занять з людьми різного віку та стану здоров'я, особливості проведення персонального тренінгу та ін.

Практичний курс передбачає участь у майстер-класі провідних інструкторів і власну практику проведення окремих частин заняття. Іспит відбувається двома етапами: теорія (усне опитування та письмові тести) і практика (розробка та проведення окремих частин уроку). Базовий курс підготовки тренера становить приблизно 40–50 год. Закінчивши «школу», фахівець отримує сертифікат, в якому зазначено, що він є фітнес-тренером початкового рівня.

Після закінчення людьми «школи фітнесу» в різних містах України ми провели анкетування для виявлення ступеню задоволення освітніх потреб. За допомогою анкетування ми визначали середній вік відвідувачів курсів, ступінь і профіль освіченості, а також їхні враження та побажання щодо якості навчання. В опитуванні взяло участь 100 осіб.

Анкетування дало можливість установити, що половина слухачів курсів знаходяться у віковому діапазоні 18–25 років, у віці від 25 до 30 років – 34% осіб, до 18 років – 14% і людей після 30 років – 6%. Це говорить про те, що більшість людей, які виявили бажання навчатися, – молодого віку. Більшість охочих стати тренером має вищу освіту, це – 72% респондентів, незакінчену вищу освіту – 20%, і середню освіту – 8%. Вважаємо це високим ступенем освіченості людей, але серед них фізкультурну освіту має лише 13%, гуманітарну – 34%, медичну – 32%; технічну – 21%. Отже, більшість осіб відвідують курси в «школі фітнесу» з метою перепідготовки. Деяко більше ніж половина респондентів (52%) мають спортивні розряди з різних видів спорту, включаючи танцювальні, а отже, мають певний досвід змагальної діяльності, інші не є спортсменами; 8% анкетованих мають незначний досвід тренерської діяльності – від 1 до 2 років і працювали у мережах типу FitCircus, інші – без досвіду роботи; 1% осіб в минулому взагалі не займалися аеробікою або іншими видами фітнесу. Зважаючи на отримані дані можемо припустити, що слухачі курсів мають початковий рівень професійних умінь, не мають уявлення про структуру заняття та методику його проведення, низький рівень сформованості рухових умінь і навичок, керівних та інших здібностей. Також слід відзначити, що 100% респондентів, не маючи ані досвіду тренерської роботи, ані спеціальної освіти, мають наміри працювати фітнес-тренером, пояснюючи це популярністю фітнесу та затребуваністю цієї професії на ринку праці.

Після закінчення курсів враження й очікування майбутніх фітнес-тренерів щодо якості отриманих освітніх послуг розподілилися: 29% респондентів були незадоволені результатами навчання; у 48% людей очікування скоріше виправдалися, чим ні; 23% людей були задоволені навчанням у «школі фітнесу». Незадоволеність курсами була спровокована браком часу на оволодіння навчальним матеріалом, так вважають 67% респондентів, решту навчальне навантаження повністю влаштувало. На думку більшості опитаних (83%) необхідно збільшити навчальне навантаження на опанування різних компонентів професійної підготовки: теоретичного матеріалу – 27%; матеріалу методичного характеру – 15%, на практичні заняття – 41%. Також майбутні тренери висловили побажання більш детально вивчати такі теми: «Особливості раціонального харчування» і «Психологічні особливості роботи із людьми» – 26%; «Основи біохімії та біомеханіки» – 21%, «Теорія й методика оздоровчого тренування» – 16%, «Контроль змін у стані здоров'я і фізичного розвитку людини» – 9%. З результатів опитування можемо зробити висновок, що лише невеликий відсоток людей (17%) повністю задоволені навчальним навантаженням, що пропонують організатори курсів, більшість розуміє, що отримали лише частину знань та практичних умінь, необхідних їм у професійній діяльності.

Після закінчення навчання 66% слухачів курсів оцінили свій рівень професіоналізму як «низький», що дає можливість працювати тренером лише з групами початкового рівня підготовленості, за одним напрямом фітнесу; 34% – як «середній», що дає змогу працювати з групами різного рівня підготовленості, за декількома напрямами. Жоден з опитаних не визнав свій рівень підготовленості як «високий», що передбачає майстерність проведення занять із групами «достатнього» рівня підготовленості, за затребуваними популярними напрямами і здійснювати продаж «персональних тренувань».

**Висновки.** Отже, швидкий розвиток фітнес-індустрії ставить високі й досить специфічні вимоги до рівня підготовленості сучасних фітнес-тренерів. Фітнес-тренер своєю діяльністю повинен вирішувати завдання щодо зміцнення здоров'я, корекції зовнішнього вигляду людини, надавати консультації з питань раціональності системи харчування, бути «продавцем» послуги «персональне тренування» та ін. Ці абсолютно різні види діяльності фітнес-тренера визначають систему професійних компетенцій, якими повинен оволодіти фахівець у процесі професійної підготовки.

За допомогою теоретичних, емпіричних і математичних методів встановлено, що професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів в Україні може здійснюватися двома шляхами: у вищих навчальних закладах і «школах фітнесу»; виявлено ВНЗ України, які здійснюють професійну підготовку майбутніх фітнес-тренерів; проаналізовано напрями і результати підготовки фітнес-тренерів у «школах фітнесу».

Констатовано, що вищі, які готують фітнес-тренерів, здатні здійснювати якісну підготовку й формувати професійні компетенції в повному обсязі. Отримані у «школі фітнесу» окремі знання, уміння та навички не відповідають вимогам рівня підготовленості сучасного фітнес-тренера, через свою фрагментарність і частковість, їх недостатньо для якісного здійснення професійних обов'язків. Рівень професійної майстерності, отриманий у процесі навчання в «школі фітнесу», швидко знижується, якщо в подальшому його не удосконалювати.

**Перспективним** у цьому напрямі дослідження може бути розробка моделі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів.

### Список літератури

1. *Боженко Р.* Дослідження впливу спінбайк-аеробіки на рівень фізичного стану чоловіків першого зрілого віку / Р. Боженко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2001. – № 2/3. – С. 63–65.
2. *Бурдыгина Е. В.* Методика занять оздоровительной аэробикой для реабилитации здоровья студенток с нарушениями функций позвоночника : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Е. В. Бурдыгина ; Волгогр. гос. акад. физ. культуры. – Волгоград, 2003. – 20 с.
3. *Дорошенко В. В.* Степ-аеробіка у фізичній реабілітації юнаків і дівчат 15–16 років з вегето-судинною дистонією за гіпертонічним типом : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.03 / В. В. Дорошенко ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів, 2010. – 19 с.
4. *Іваночко В. В.* Фітнес, як засіб оздоровлення: метод. матеріали / В. В. Іваночко. – Львів : Вид-во Львівської комерційної академії, 2004. – 20 с.
5. *Калашников Д. Г.* Построение учебных программ повышения квалификации специалистов фитнес-клубов : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Д. Г. Калашников ; Всерос. науч.-исслед. ин-т. физ. культуры и спорта. – Москва, 2005. – 20 с.
6. *Кренделева В. У.* Тренувальні навантаження на заняттях із базової аеробіки / В. У. Кренделева // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2002. – № 19. – С. 18–23.
7. *Лядська О. Ю.* Організаційно-методичні основи оздоровчого тренування з фітболом жінок першого зрілого віку : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / О. Ю. Лядська ; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2011. – 20 с.
8. *Одинцова И. Б.* Аэробика и фитнес. Современные методики: аэробика, шейпинг, стретчинг, калланетика : реком. специалиста / И. Б. Одинцова. – Москва : ЭКСМО, 2003. – 157 с.

9. Підкопай Д. О. Силова підготовка жінок 19–29 років на основі використання ковзних поверхонь : автореф. дис. ... канд. наук з фізичного виховання та спорту: 24.00.02 / Д. О. Підкопай ; Львів. держ. ін-т фіз. культури. – Львів, 2002. – 18 с.

10. Сиднева Л. В. Формирование профессиональных знаний и умений проведения занятий по базовой аэробике у студентов высших физкультурных учебных заведений : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Л. В. Сиднева ; Рос. гос. акад. физ. культуры и спорта. – Москва, 2000. – 20 с.

11. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://buhgalter911.com/Res/Spravochniki/Klassifik>

## ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ ФИТНЕС-ТРЕНЕРОВ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Оксана КОРНОСЕНКО

*Полтавский национальный педагогический университет имени В. Г. Короленка,  
г. Полтава, Украина, e-mail: potaifk@mail.ru*

**Анотация.** С помощью теоретических, эмпирических и математических методов выявлено, что профессиональная подготовка будущих фитнес-тренеров в Украине может осуществляться двумя путями: в высших учебных заведениях и «школах фитнеса»; определены ВУЗы Украины, которые осуществляют профессиональную подготовку будущих фитнес-тренеров; проанализированы направления и результаты подготовки фитнес-тренеров в «школах фитнеса». Констатировано, что ВУЗы, которые готовят фитнес-тренеров способны осуществлять качественную подготовку и формировать профессиональные компетенции в полном объеме. Полученные в «школе фитнеса» отдельные знания, умения и навыки не соответствуют требованиям уровня подготовленности современного фитнес-тренера в силу своей фрагментарности и частичности, их недостаточно для качественного выполнения профессиональных обязанностей.

**Ключевые слова:** профессиональная подготовка, фитнес-тренер, компетенции.

## PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE FITNESS TRAINERS AS PEDAGOGICAL PROBLEM

Oksana KORNOSENKO

*Poltava National Pedagogical University named after V. G. Korolenko,  
Poltava, Ukraine, e-mail: potaifk@mail.ru*

**Abstract.** By using Poltava National Pedagogical University named after V. G. Korolenko theoretical, empirical and mathematical methods it is established that professional training of future fitness trainers in Ukraine can be done in two ways: in higher educational and establishments "schools of fitness"; the universities of Ukraine, which carry out professional preparation of future fitness trainers were revealed; the trends and results of fitness training trainers in the "school of fitness" were analyzed. It's proved that the universities that prepare fitness trainers are able to provide quality and professional competence in full. The individual knowledge abilities and skills that were received in "school of fitness" do not meet the level of preparedness of the modern fitness coach, because of its fragmentation and partly, they are not sufficient for qualitative performance of professional duties.

**Keywords:** professional training, fitness coach, competence.