

## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

### ПРІОРИТЕТНІ ВИДИ, ТИПИ І ФОРМИ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ



*Приймак Марія, Смірнова Валерія*

Національний університет фізичного виховання і спорту України

#### **Анотація**

В статті рассмотрені актуальні проблеми підвищення кваліфікації фітнес-тренерів в сучасних умовах розвитку фітнес-індустрії в Україні. В ході дослідження визначено види, типи і форми підвищення кваліфікації фітнес-тренерів в Україні встановлено, що успішна діяльність фітнес-тренера потребує неперервного підвищення знань, умінь і навчових, неопосередковано, зв'язаних з особливостями їх професійної діяльності.

**Ключевые слова:** підвищення кваліфікації, фітнес-тренер, фітнес-клуб, фітнес-індустрія.

#### **Annotation**

This article describes key problems that advanced training of fitness-coaches is facing in current conditions of development of fitness industry in Ukraine. Over the course of this study, prioritized sorts, types and forms of professional skill development of fitness-coaches in Ukraine were defined. It has been established that fitness-coach's activity necessitates a continuous enhancement of knowledge, ability and skill that has a direct connection to their specifics of professional work.

**Keywords:** advanced training, fitness-coaches, fitness club, fitness industry.

**Постановка проблеми.** Прогресивний розвиток фітнес-індустрії в країні вимагає комплексного підходу до розв'язання багатьох проблем, де однією з найважливіших є організація рухової активності населення для збереження та укріплення здоров'я нації, збільшення тривалості активного періоду життя людини. В той же час, необхідно зазначити, що здоров'я людини залежить і від якості фізкультурно-оздоровчих послуг, які вона отримує у фітнес-клубі, а отже – від професійної кваліфікації фітнес-тренера, якій їх надає.

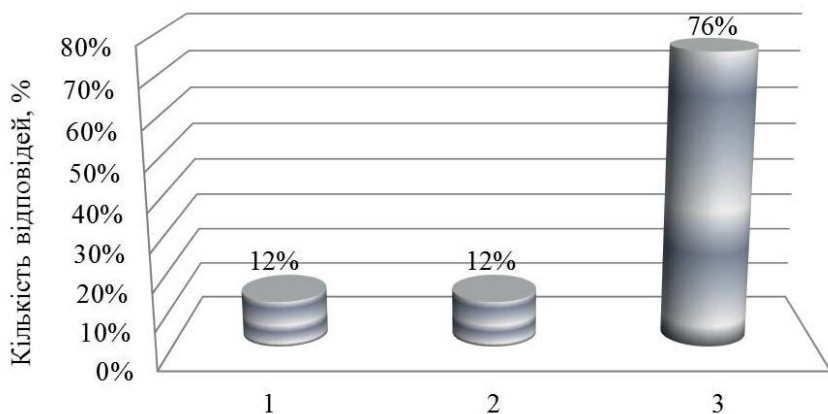
В зв'язку з чим, успішна діяльність фітнес-тренера вимагає безперервне підвищення знань, умінь і навчових, безпосередньо, пов'язаних з особливостями їх професійної діяльності. Тому питання підвищення кваліфікації фітнес-тренерів особливо є актуальним під час активного відкриття спортивно-оздоровчих та фітнес-клубів в країні.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У результаті аналізу літературних джерел встановлено, що питання підвищення кваліфікації персоналу є актуальними для підприємств різних галузей економіки та має широке висвітлення у науковій літературі. На думку С.О. Стародубцева [11], проблема підвищення кваліфіка-

ції трудового персоналу на сучасних підприємствах є не просто актуальною проблемою, а вимогою сучасного ринку. Це обумовлено тим, що кваліфіковані кадри, навчені відповідно до сучасних тенденцій, є не тільки запорукою стабільної діяльності підприємства, а й стратегічним базисом у розвитку. Актуальність підготовки та підвищення кваліфікації трудового персоналу підприємства на сучасному етапі зростає все більше і більше. Це продиктовано перетвореннями, що відбуваються в суспільному устрої, реорганізацією форм власності, заміною методів управління з адміністративних на мотиваційно-економічні, розвитком інновацій. Всі ці обставини надають якісно нового змісту процесу використання трудових ресурсів, а, отже, і дослідження цього процесу зараз набуває особливої значущості [4, 7].

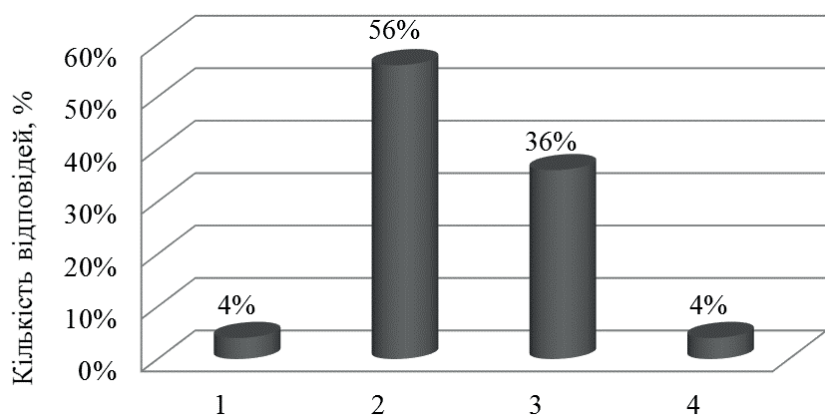
**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Слід відзначити, що більшість опублікованих досліджень мають опосередковане відношення до сфери фітнес-індустрії та головним чином висвітлюють проблеми підвищення кваліфікації викладачів фізичного виховання та тренерів з видів спорту (М.І. Воробйов, Ю.П. Мічуда 2004, 2005 [2, 3], М.В. Дутчак, В.В.





**Рис. 1. Пріоритетність видів підвищення кваліфікації фітнес-тренерів**

1 – стажування; 2 – самоосвіта; 3 – курси підвищення кваліфікації



**Рис. 2. Пріоритетність типу підвищення кваліфікації фітнес-тренерів**

1 – з відривом від основної роботи; 2 – без відриву від основної роботи; 3 – змішаний тип підвищення кваліфікації; 4 – дистанційно отримувати інформацію через мережу Інтернет.

Томашевський, Ю.М. Шкретій, 2010 [5], О.О. Петрова, 2009 [7, 8, 9]), стосуються підвищення кваліфікації інших категорій фахівців сфери фізичної культури і спорту (О.О. Петрова, В.В. Томашевський 2012) [9] та підвищення кваліфікації фахівців сфери спорту для всіх (М.М. Приймак, 2014) [10], системи підготовки та підвищення кваліфікації фахівців із фізичної рекреації (О.В. Андреева, О.Л. Благій, 2015) [1], проте питання підвищення кваліфікації фітнес-тренерів недостатньо ви-

світлені та фактично залишилися поза увагою вчених, у зв'язку з чим вимагають більш фундаментальних досліджень.

**Мега дослідження** – визначити пріоритетні види, типи та форми підвищення кваліфікації фітнес-тренерів і необхідні заходи щодо підвищення рівня їх кваліфікації.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Необхідність визначення пріоритетних видів, типів і форм підвищення кваліфікації обумовила потребу в проведенні со-

ціологічного дослідження у вигляді анкетування серед фітнес-тренерів таких фітнес-клубів: «Sport Life», «Подольський», «Атлетіко», «Планета Спорт». В опитуванні взяло участь 50 фітнес-тренерів, серед яких 44% – жінки та 56% – чоловіки.

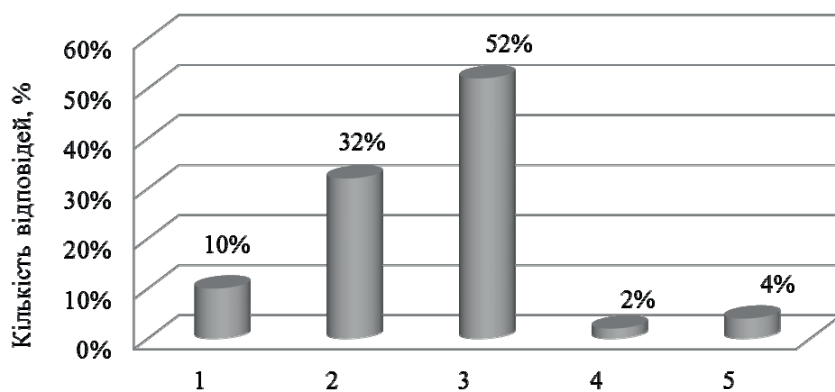
На наш погляд, було важливо дізнатися, що спонукає респондентів підвищувати рівень їх кваліфікації. Так, за результатами соціологічного дослідження: 48% респондентів стверджують, що причиною стало – бажання підвищити рівень своєї професійної майстерності; 20% респондентів визнали потребу в безперервному підвищенні кваліфікації та ще 20% респондентів прагнуть оволодіти сучасними фітнес-технологіями; лише 12% респондентів бажають підвищити свій статус, зробити кар'єру.

За результатами дослідження було встановлено, що більшість респондентів (84%) надають перевагу очній формі підвищення кваліфікації, 12% респондентів схильні до заочної форми підвищення кваліфікації та лише 4% респондентів бажають дистанційно підвищувати рівень своєї кваліфікації.

Логічним було таке запитання «Який вид підвищення кваліфікації є найбільш пріоритетним для Вас?». Більше половини респондентів (76%) віддають перевагу курсам підвищення кваліфікації, 12% респондентів спираються на самоосвіту, та інші 12% респондентів визнали найбільш пріоритетним видом підвищення кваліфікації стажування (рис. 1).

Було цікаво з'ясувати, якому типу підвищення кваліфікації віддають перевагу респонденти. За результатами дослідження: 56% респондентів визнали пріоритетним типом підвищення кваліфікації – навчання без відриву від роботи, 36% респондентів віддали перевагу змішаному типу підвищення кваліфікації та лише 4% респондентів схильні підвищува-





**Рис. 3. Заходи щодо підвищення рівня кваліфікації фітнес-тренерів**

1 – залучати до підвищення кваліфікації фахівців із провідних курсів, що проводяться для фітнес-тренерів; 2 – започаткувати договірні відносини з ВНЗ фізкультурного профілю на предмет проведення регулярного підвищення кваліфікації фітнес-тренерів різного рівня; 3 – відкрити при фітнес-клубі курси з підвищення кваліфікації; 4 – покласти обов'язки щодо підвищення кваліфікації на головного фітнес-менеджера з кожного напрямку; 5 – кожний місяць інформувати фітнес-тренерів відносно конвенцій, семінарів, курсів тощо, які проводяться у поточному місяці на міському, регіональному, всеукраїнському та міжнародному рівні.

ти свою кваліфікацію з відривом від основної роботи і ще 4% респондентів бажають дистанційно отримувати інформацію через мережу Інтернет (рис. 2).

У зв'язку з вищезазначеним важливою є думка респондентів щодо визначення найефективніших форм підвищення кваліфікації фітнес-тренерів. Так, на думку 40% респондентів, це – тематичні та проблемні практичні заняття (від 72 до 100 годин), які проводяться у фітнес-клубі з актуальних проблем сучасних фітнес-технологій зі здачею відповідного екзамену або заліку та подальшою видачею слухачам посвідчення про підвищення кваліфікації. В той же час, 24% респондентів віддають перевагу Всеукраїнським та міжнародним конвенціям, семінарам, фестивалям із сучасних фітнес-технологій, ще 20% респондентів схильні до короткострокового навчання (до 72 годин), яке проводиться у фітнес-клубі та закінчується

складанням відповідного екзамену або заліку.

Вихідним положенням дослідження стало виявлення думок респондентів щодо заходів, які необхідно вжити, щоб підвищити рівень кваліфікації фітнес-тренерів їх фітнес-клубу. За результатами дослідження більше половини респондентів (60%) вважають за необхідне відкриття курсів підвищення кваліфікації при їх фітнес-клубі; 32% респондентів вважають, що потрібно започаткувати договірні відносини з вищими навчальними закладами фізкультурного профілю на предмет проведення регулярного підвищення кваліфікації фітнес-тренерів різного рівня (рис. 3).

#### **Висновки і пропозиції.**

1. Проведене дослідження системи підвищення кваліфікації фітнес-тренерів в Україні підтвердило незадовільний рівень її організації. Саме тому розробка регламенту щодо підвищення кваліфікації фітнес-тренерів має

сприяти розвитку їх професійної компетентності.

2. Сьогодні спортивним клубам потрібні фахівці з високою кваліфікацією, яка відповідає міжнародним стандартам. У час великої популярності та відкриття фітнес-клубів у всіх містах України рівень якості фізкультурно-оздоровчих послуг, які вони надають, напряму залежить від кваліфікації фітнес-тренерів, які в ньому працюють. У недалекому минулому для отримання роботи фітнес-тренером було досить базової програми і мінімальних теоретичних знань про вправи. Зараз існує попит на фахівців, які постійно підвищують свою майстерність, з глибокими знаннями анатомії, розумінням фізіологічних процесів і високим рівнем розвитку організаційних здібностей.

Проведене дослідження дало підстави запропонувати такі практичні рекомендації фітнес-клубам:

- в обов'язковому порядку враховувати наявність документів (сертифікатів, дипломів тощо) щодо підвищення кваліфікації фітнес-тренерів під час прийому на роботу та проведення атестації у фітнес-клубі;

- визначити організацію підвищення кваліфікації фітнес-тренерів одним із пріоритетних завдань розвитку фітнес-клубу;

- опрацювати питання щодо можливості стажування провідних фітнес-тренерів у провідних фітнес-клубах закордоном;

- започаткувати договірні відносини з вищими навчальними закладами фізкультурного профілю на предмет проведення регулярного підвищення кваліфікації фітнес-тренерів різного рівня;

- створити необхідні умови для підвищення кваліфікації фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах фізкультурного профілю один раз на п'ять років;

- відкрити при фітнес-клубі центр або школу з підвищення



кваліфікації.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальші дослідження проблеми підвищення кваліфікації фітнес-тренерів в Україні доцільно присвятити розробці концепції та моделі системи підвищення кваліфікації даної категорії фахівців.

### Література

1. Андреева О.В., Благій О.Л. Система підготовки та підвищення кваліфікації фахівців із фізичної рекреації//Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць № 3 (31), 2015. – С. 5-10.
2. Воробйов М.І. Перепідготовка фахівців з фізичного виховання і спорту як вимога сучасного ринку праці в Україні / М.І. Воробйов, Ю.П. Мічуда // Педагогіка, психологія та мед.-біол. проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. – Х., 2005. – № 9. – С. 3-9.
3. Воробйов М.І. Передумови та шляхи формування сучасної системи післядипломної освіти фахівців з фізичного виховання і спорту в Україні / М.І. Воробйов, Ю.П. Мічуда // Педагогіка, психологія та мед.-біол. проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. – Х., 2004. – № 21. – С. 3-8.
4. Воробйов М.І. Підвищення кваліфікації державних службовців як фактор вдосконалення управління галуззю «Фізична культура і спорт» / М. Воробйов, Ю. Мічуда // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 2. – С. 157-161.
5. Дутчак М.В. Система підвищення кваліфікації тренерів збірних команд України з олімпійських видів спорту / М.В. Дутчак, Ю.М. Шкретій, В.В. Томашевський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту. – 2010. – № 7. – С. 29-34.
6. Петрова О.А. Формирование системы повышения квалификации тренеров в Украине с использованием дистанционных технологий обучения /О.А. Петрова, В.В. Томашевский //Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех: материалы XII Междунар. науч. конгресса, 26-28 мая 2008 г., Москва / Рос.гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – М., 2008. – Т. 3. – С. 189-190.
7. Петрова О.О. Дистанційна технологія підвищення кваліфікації українських тренерів /О.О. Петрова //Педагогіка, психологія та мед.-біол. проблеми фізичного виховання і спорту: [наук. журн.] /за ред. С.С. Єрмакова; Харків. обл. відділення НОК України; ХДАДМ. – Х., 2009. – № 11. – С. 78-82.
8. Петрова О.О. Модель дистанційного підвищення кваліфікації українських тренерів/ О.Петрова, В. Томашевський //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: [наук. журн.] / за ред. С.С. Єрмаков; Харків. обл. відділення НОК України; ХДАДМ. – Х., 2012.– № 3. – С. 63-68.
9. Петрова О.О. Оптимізація процесу підвищення кваліфікації тренерів на основі дистанційних технологій /О.О. Петрова, В.В. Томашевський //Олімпійський спорт і спорт для всіх: матеріали XIV Міжнар. наук. конгр. присвяч. 80-річчю НУФВСУ (Київ, 5-8 жовтня 2010 р.): тези доп. НУФВСУ. – К., 2010. – С. 690.
10. Приймак М.М. Оцінка сучасного стану підвищення кваліфікації фахівців спорту для всіх в Україні Збірник наукових праць «Актуальні проблеми фізичної культури і спорту». Київ – ДНДЦФК, 2014. № 30 (2). – С. 71-77.
11. Стародубцев С.О. Необходимость повышения квалификации трудового персонала как фактор успешного развития организации // Молодой ученый. – 2016. – № 6. – С. 559-561.

