

попередніх операцій і амбулаторних лікувань: «детальне описання летальних випадків часто може бути кориснішим ніж описання вдалих операцій» - говорить М. Скліфосовський [2, с. 94]. В той же час учений неодноразово наголошував на необхідності формувати у студентів критичне сприйняття інформації, отриманої із різних джерел, враховуючи при цьому фактори випадковості, суб'єктивні зміни, старіння інформації тощо.

Література

1. Кованов В. В. Н. В. Склифосовский / В. В. Кованов. – М. : Медицина, 1972. – 64 с.
2. Склифосовский Н. В. Избранные труды / Н. В. Склифосовский / вводная статья и примеч. проф. В. В. Кованова. - М. : Медгиз, 1953. - 432 с.

ФОРМУВАННЯ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ СПЕЦІАЛЬНИХ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ ЯК УМОВА УСПІШНОСТІ СПРИЯТЛИВОГО ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ У ФІТНЕС-КЛУБИ

Куріпта Н.С.

Полтава, Україна

Методологічною основою дослідження становлення особистості фітнес-тренера є діяльнісний підхід, розроблений у працях провідних вітчизняних психологів С.Рубінштейна, А.Леонтьєва, Л.Виготського. Спорт, будучи однією з форм людської діяльності, впливає на особистість, перш за все через ті відносини, які виникають у процесі цієї діяльності. Дослідниками наголошується, що теоретичні основи управління фітнес-клубом відрізняються від управління іншими організаціями, оскільки «предметом продажу» і «предметом споживання» є платна послуга, спрямована на зміцнення здоров'я. При цьому, головним аспектом є врахування попиту споживачів. «Спільна участь» виконавця і споживача фітнес-послуги є однією з особливостей сфери оздоровчого фітнесу на відміну від інших груп послуг соціальної сфери. Крім того, авторами зазначається принципова відмінність між роботою фітнес-тренера і тренера з виду спорту. Це полягає в ряді положень: фітнес-тренеру доводиться працювати над оптимальним розвитком якостей (а не максимальним), що приводять до досягнення поставлених клієнтом цілей, з тим, щоб зберегти оптимальний баланс між швидкістю розвитку цих якостей та позитивним впливом на здоров'я клієнта; вибір засобів, методів і організаційних форм тренувальних занять визначається не тільки їх функціональною необхідністю і раціональністю; фітнес-тренеру доводиться брати до уваги такі фактори, як емоційна насиченість занять, відповідність організаційної форми заняття задачі мотивації та настрою клієнта, мода на ті чи інші напрямки фітнес-тренування [3, с.112].

До проблеми встановлення професійної кваліфікації та відповідних компетенцій фахівців у сфері оздоровчого фітнесу звертались як українські, так і зарубіжні вчені. Зокрема, досліджувались питання удосконалення української системи класифікації професій у сфері фізичної культури і спорту [2, с.27].

В дисертаційній роботі Волкова К.Д. розглядалися питання визначення спеціальних професійних компетентностей, які повинні бути сформовані у інструктора тренажерного залу [2, с.17]. На думку цього вченого, професійна підготовленість фахівця з фізичної культури та спорту для здійснення діяльності інструктора тренажерного залу в оздоровчому фітнесі характеризується сукупністю компонентів, які формують спеціальні професійні компетентностей: предметно-професійних, комунікативних, комерційних, аналітико-рефлексивних і іміджево-презентативних, а також певних особистісних якостей. До них зазначеним автором віднесено: сумлінність, товариськість, доброзичливість та тактовність, дипломатичність, артистизм та стресостійкість.

Лисицька Т.С., Сіднева Л.В. розробили вимоги до професійних знань та умінь інструкторів з базової аеробіки, силового тренування, східних видів боротьби, аква-аеробіки та запропонували загальну та специфічну модельні характеристики фахівців з різних видів фітнесу. Вказані автори акцентують увагу на тому, що для проведення групових кардіотренувань інструктор має здійснювати контроль за виконанням вправ кожним учасником групи; проводити індивідуальну оцінку ефективності тренувань; володіти різними стилями викладання; демонструвати можливі варіанти виконання вправ для досягнення помірної або високої інтенсивності. Велике значення автори надають створенню правильного дизайну програми: оптимальній послідовності елементів у комбінації; умінню здійснювати логічну заміну одних елементів іншими, створювати комбінації, вибирати оптимальний музичний супровід за характером, темпо-ритмічними характеристиками, емоційністю. Крім того інструктор повинен відслідковувати інтенсивність навантаження та володіти високим рівнем музичності; умінням емоційно і виразно виконувати рухи; знати техніку танцювальних елементів; володіти технологією навчання складно-координованим вправам [2, с.21].

Специфіку сфери фітнес-послуг та роль фітнес-тренера вивчав Беставішвілі Т.Г., який наголошує на «клієнтоорієнтованому» характері роботи фітнес-тренера, на важливості діагностики потреб та мотивів клієнта фітнес-клуба, розглядає психологічні особливості фітнес-тренера та критерії ефективності його роботи [2, с.23].

Для розробки вимог до посади фітнес-тренера необхідно мати уявлення про специфіку практичної діяльності фітнес-тренера. Проведений нами аналіз такого роду діяльності свідчить про наявність низки специфічних ознак. До них можна віднести: педагогічну спрямованість діяльності; нерегламентований розпорядок дня; роботу у вечірні години та у вихідні дні, значний рівень рухової активності тренера протягом доби; високий емоційний характер роботи; певні вимоги до зовнішнього вигляду.

Узагальнюючи вищевказане стає зрозумілим, що фітнес-тренер повинен володіти знаннями з широкого кола питань: суспільно-політичних, біологічних, медичних, психологічних, педагогічних, спортивних тощо. Окрім цього динамічний розвиток фітнес-індустрії вимагає від фахівців безперервного підвищення кваліфікації шляхом проходження відповідних курсів, конвенцій, майстер-класів, додаткового навчання та постійного самовдосконалення.

В результаті проведеного теоретичного аналізу нами розроблені та нижче подані кваліфікаційні характеристики професії «фітнес-тренер» [1, с.93-97].

Здійснює тестування фізичної підготовленості, оцінку фізичної працездатності, функціонального стану організму людини. Демонструє, пояснює та навчає клієнтів правильній техніці виконання фізичних вправ, в т. ч. з використанням обладнання з урахуванням рівня фізичної підготовленості та віку. Розробляє програми занять силової, аеробної спрямованості із визначенням етапу, мети, загальних та спеціальних завдань, засобів, раціональних параметрів рухової активності, форм організації, методів контролю, критеріїв ефективності для людей різної статі, віку та фізичного стану. Володіє базовими фітнес-технологіями з різних напрямків та видів оздоровчого фітнесу. Програмує профілактичні заняття фізичними вправами для осіб, які мають фактори ризику виникнення захворювань серцево-судинної системи, обміну речовин, опорно-рухового апарату. Розробляє рекреаційні та анімаційні програми для осіб різного віку, статі, професії. Особисто проводить заняття з клієнтом. Формує в осіб, які займаються, стійку мотиваційну зацікавленість щодо ведення здорового способу життя та регулярної рухової активності. Володіє грамотною мовою, високим рівнем культури та ерудиції. Підвищує професійний рівень в системі безперервної освіти. Сприяє створенню позитивного соціально-психологічного клімату з клієнтом та в колективі.

Повинен знати. Нормативно-правові документи, що стосуються фізичної культури і спорту; основи трудового законодавства, цивільного та адміністративного права, основні історичні етапи, напрямки та проблеми розвитку фізичної культури і спорту як органічної частини соціальної системи та загальнолюдської культури; анатомію, фізіологію та біохімію функціонування організму людини, в т.ч. фізичних навантажень; основи теорії здоров'я людини; комплекс факторів формування здорового способу життя; теорію та технологію оздоровчо-рекреаційної рухової активності; сучасні підходи до розробки персональних та групових фітнес-програм для осіб різного віку, статі та фізичного стану; теоретико-методичні основи спорту для всіх; специфіку, структуру та напрямки фізичної рекреації; сукупність знань та навичок з менеджменту та маркетингу; основи психології та педагогіки, в т.ч. психологію спілкування; методичні прийоми формування мотивації до регулярної рухової активності; сучасні комп'ютерні технології у сфері фітнесу [1, с.99-100].

Література

1. Митин А.Е. Освоение специалистами по фитнесу гуманитарных технологий как компонента их конкурентоспособности/А.Е. Митин, С.О. Филиппова//Сборник материалов Всерос. научно-прак. конф. «Актуальные проблемы фитнеса в России».-СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И.Герцена, 2009. – С.93-100.
2. Сайкина Е.Г. Концептуальные основы подготовки специалистов по фитнесу в современных социокультурных условиях/ Е.Г. Сайкина // Монография. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2007. – 394с.
3. Хоули, Эдвард Т. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса /Эдвард Т. Хоули. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 375с.

СУЧАСНІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ: ТЕОРІЯ, ПРАКТИКА ТА МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ

*Курінта Н.С.
Полтава, Україна*

Аналіз сучасних підходів до удосконалення змісту фізкультурно-оздоровчих занять з