УДК 613.71+796.071.4

АНАЛИЗ ОТЕЧЕСТВЕННОГО И ЗАРУБЕЖНОГО ОПЫТА ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИТНЕСУ

Садовникова В.В., канд. пед. наук, доцент
(Белорусский государственный университет физической культуры)

Традиционно разделение полномочий и степени участия государства и общественных организаций в оздоровлении населения дает максимальный социально значимый эффект. Государство предоставляет возможность реализовать право на оздоровление системой социально-экономических мер. Сегодня в целях оздоровления население пользуется фитнес-услугами. Однако фитнес в Беларуси, как явление и понятие, научно не определены и, следовательно, не признаны на уровне управления отраслью «Физическая культура, спорт и туризм».

Ключевые слова: ***фитнес, отечественный и зарубежный опыт, оздоровление.***

ANALYSIS OF DOMESTIC AND FOREIGN EXPERIENCE IN FITNESS SPECIALISTS TRAINING

Division of competence and the extent of participation of the state and public organizations in health improvement of the population traditionally have the maximal socially important effect. The state gives an opportunity to realize the right for health improvement by a system of social and economic measures. Nowadays the population takes advantage of fitness services for health improvement. However fitness in Belarus as a phenomenon and a concept is not scientifically defined and, therefore, is not recognized at the level of management of the branch «Physical culture, sport and tourism».

Keywords: ***fitness, domestic and foreign experience, health improvement.***

Введение (актуальность проблемы)

Проанализировав основные положения политики в области спорта и физической культуры в Беларуси, содержащиеся в Государственных программах развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2011–2015, 2016–2020 годы, можно сделать вывод, что в достижении целей – улучшение здоровья жителей и пропаганда активного образа жизни должны быть упомянуты через не признанный официально, но реально существующий фитнес как вид физкультурной деятельности и спорт для всех, как составляющую часть работы по формированию здорового образа жизни и значимых расходов досуга детей и молодежи, которые своей массовостью и формируют сегодня, в том числе юношеский, спортивный резерв для набора и отбора в спорт.

Цель – обоснование теоретико-методических основ фитнеса как системы в оздоровлении населения Республики Беларусь.

Задачи:

– проанализировать физкультурно-оздоровительные концепции, лежащие в основе оздоровления Беларуси и других стран;

– сравнить профессии специалистов по оздоровлению России, Украины США и Беларуси.

С сентября 2014 года по июнь 2016 года нами был проведен констатирующий педагогический эксперимент на базе ИППК БГУФК, г. Минска, в ходе которого проходила проверка гипотетического содержания концепции системы оздоровления населения Республики Беларусь. Проведены социологические исследования: опрос, анкетирование, интервьюирование как потребителей фитнес-услуг, так и производителей – управленцев физкультурно-спортивных организаций с целью выявления фактических механизмов функционирования фитнес-индустрии; выявлены особенности системы подготовки специалистов по физической культуре и спорту в контексте их конкурентоспособности требованиям сферы услуг – фитнес-услуг в оздоровлении. В данной статье мы представим анализ собранных и осмысленных эмпирических данных о деятельности специалистов и руководителей физкультурно-оздоровительных организаций – директоров и инструкторов-методистов (n=200).

Обсуждение результатов

Идея «Спорт для всех» впервые в 1919 г. была провозглашена Пьером де Кубертеном, основателем современного олимпийского движения. Концепция «Спорт для всех» подразумевала превращение спорта в способ активного времяпрепровождения не только для привилегированной молодежи, но и для всех социальных групп, включая рабочий класс. Начиная со Второй мировой войны, и в большей мере с 60-х гг. прошлого века, эта идея стала превращаться в конкретное движение, которое сначала появилось в Северной и Западной Европе, а к концу 80-х гг. прошлого века распространилось более чем на 80 стран, расположенных на всех континентах.

Сегодня «Спорт для всех» представляет собой общую концепцию, подразумевающую активный отдых, развитие спорта, программы с участием больших масс населения и культурно-оздоровительные мероприятия с целью организации досуга и улучшения здоровья всех социальных групп – сторонников данного движения. Самой крупной на сегодняшний день организацией с составом более 150 организаций-членов ассоциации из 110 стран со всех континентов является Международная ассоциация «Спорт для всех» (The Association For International Sport for All, ТАФИСА), возникшая в 60-х гг. прошлого века.

В 1983 г. при МОК была создана Комиссия «Спорт для всех» в ответ на растущий интерес публики к спортивным занятиям и усиление тенденции к здоровому образу жизни, фитнесу и физической активности, цель которой состоит в том, чтобы поощрять и поддерживать усилия и мероприятия, подчеркивающие социальные преимущества здорового образа жизни, приобретаемые всеми членами общества благодаря регулярной двигательной активности [1].

Показав на основе серьезных исследований тесную связь между физической активностью и здоровьем, Комитет по развитию спорта при Совете Европы (координирует применение соответствующих конвенций, а также отвечает за реализацию европейских программ в области спорта и подготавливает конференции европейских министров спорта) инициировал проведение ряда мероприятий в пользу здорового образа жизни и занятий спортом. Его проект под названием «Еврофит» предусматривает проведение тестирования физической готовности, разработанный для детей школьного возраста, и позволяет определить их гибкость, скоростные показатели, выносливость и силу организма и применяется на практике во многих европейских школах, начиная с 1988 г. [2].

В мае 2004 года 57-я сессия Всемирной ассамблеи здравоохранения приняла Глобальную стратегию ВОЗ по питанию, физической активности и здоровью. Целью руководства для стран является изложение подхода к измерению осуществления Глобальной стратегии ВОЗ по питанию, физической активности и здоровью на страновом уровне и предлагаются основные принципы и показатели для этой цели, в который определены четыре основные задачи: сокращение факторов риска инфекционных заболеваний, расширением общественного сознания и понимания рационального питания и двигательной активности, полный курс и планы действий по улучшению рационального питания и двигательной активности, сбор научных данных и мониторинг основных воздействий на рацион питания и двигательной активности. В 2010 году ВОЗ разработала «Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья» с общей целью предоставления лицам, формирующим политику на национальном и региональном уровнях, руководства в отношении взаимосвязей, основанных на зависимости «доза – ответная реакция», между частотой, продолжительностью, интенсивностью, типом и общим объемом физической активности, необходимой для профилактики неинфекционных заболеваний. Рекомендации, изложенные в этом документе, предназначены для трех возрастных групп: 5–17-летних; 18–64-летних; и людей в возрасте 65 лет и старше [3].

Впервые о новой стороне оздоровительной физической культуры на постсоветском пространстве упомянули Ю.В. Менхин, А.В. Менхин, предложившие рассматривать фитнес – как оздоровительную физическую культуру плюс мотивационную определенность и личную заинтересованность занимающихся [4]. Одной из последних и наиболее основательных научных работ по изучению фитнеса была докторская диссертация Е.Г. Сайкиной, которая рассматривает фитнес с позиций системно-деятельностного и системного подходов как «…процесс целенаправленных систематических добровольных занятий физическими упражнениями, способствующих оздоровлению, повышению и сохранению физической дееспособности, улучшению качества жизни (личной успешности и физического благополучия) и эффективности профессиональной деятельности средствами инновационных технологий, инвентаря и оборудования. Фитнес – это социальная, сложная, открытая, управляемая динамическая система, где системообразующим фактором являются объективные требования общества к физической культуре личности и физическому состоянию человека, то есть, к повышению и сохранению уровня его физической дееспособности и здоровья – получению полезного результата» [5].

По оценке множества специалистов в области фитнеса, известных во всем мире, фигура специали-

ста-профессионала является главным фактором для привлечения человека к двигательной активности. Поэтому сегодня основное внимание следует уделять изучению и реконструкции системы подготовки специалистов для фитнес-индустрии, в частности, ее оздоровительного направления [5, 6, 7].

В подготовке специалистов в сфере фитнеса ведущее место в мире занимает опыт США. Это обусловлено тем, что в стране по оценкам различных организаций процент населения, занимающегося оздоровительными занятиями (около 16 %, по оценкам агентства UBS), исключительно развита материальная база. Для сравнения: по данным того же агентства, в России этот показатель составляет 2–3 %, в Германии – 8 %, во Франции – 6 %, в Украине – 1–2 % [6]. По оценкам ряда исследователей, именно уровень подготовки специалистов позволил привлечь такое количество людей в оздоровительный фитнес [6, 8].

М. Березенская провела сравнительный анализ профессий специалистов сферы оздоровительного фитнеса в США и Украине [6]. По ее данным, в США система подготовки неразрывно связана с технологией оказания фитнес-услуг и с технологией оздоровительной работы. Имеется широкая сеть организаций (более 250), которые осуществляют подготовку, переподготовку и сертификацию специалистов. Программы подготовки отличаются по содержанию, срокам, формам подготовки, стоимости и предлагаются как в государственных, так и в негосударственных учреждениях. Особый интерес представляет перечень профессий сертифицированных специалистов по оздоровительному фитнесу в США [9].

В отличие от стран постсоветского пространства, включая и Беларусь, там имеется четкая иерархия специалистов в зависимости от уровня подготовленности. По оценкам М. Березенской, в Украине большинство перечисленных профессий только начинают появляться в связи с установлением сотрудничества с международными фитнес-клубами, работающими по современной зарубежной технологии. Большой интерес представляют профессии, связанные с пропагандой здорового образа жизни, с тестированием клиентов, ведь благодаря данным тестирования возможна разработка и научное обоснование фитнес-программ [6, 7, 9].

Система подготовки фитнес-специалистов в России, по данным Т.Э. Кругловой, А.Н. Чудных, не имеет четкой иерархии и содержательно не обоснована [7]. При государственных вузах имеются курсы повышения квалификации, где проходят начальную и углубленную подготовку тренеры по фитнесу. В ином случае существует система внутрифирменного обучения, которая предполагает еще обучение администраторов фитнес-клубов и менеджеров низшего звена. Имеются также и другие формы обучения, которые на коммерческой основе носят не обучающий, а инструктивный характер. К тому же, по данным И.А. Прилепского, в России нет единой классификации фитнес-инструкторов [10]. Каждая сеть разрабатывает свою классификацию. Самую высокую категорию называют «тренер-мастер» или «гранд-мастер» или «мастер+». Ниже котируются «персональный тренер» или «тренер», самая низкая «фитнес-инструктор» или «инструктор».

Т.Э. Кругловой и А.Н. Чудных предлагается в России создание целенаправленной комплексной подготовки специалистов в области фитнес-менеджмента, которая могла бы аккумулировать все практические знания, полученные в результате работы фитнес-клубов, а также весь комплекс теоретических фундаментальных знаний, которыми располагает высшая школа. Авторами обучающей программы разработан комплекс знаний и умений, которыми должен обладать менеджер фитнес-клуба, определены требования к квалификации и разработан общий глоссарий [7].

В проанализированном массиве правовых документов, методических разработок и указаний, научных работ в Республике Беларусь оздоровление упоминается как функция достаточно большого количества социальных институтов, ведомств, учреждений, сооружений. В достаточном количестве, на наш взгляд, имеются программы различного уровня и направленности физической культуры, в частности для указанного контингента населения Постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 24.06.2008 № 17 принят Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь, цель которого – развитие в Республике Беларусь массового физкультурно-спортивного движения, направленного на оздоровление, общее физкультурное образование, нравственное и патриотическое воспитание, формирование здорового образа жизни нации средствами физической культуры. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс является программной основой деятельности в оздоровлении населения, чего явно недостаточно, так как к нему необходимо и содержание. Существует ряд постановлений, в которых лишь упоминается роль организаций физкультурно-оздоровительного профиля в системе санаторно-курортного оздоровления. В частности, в «Концепции санаторно-курортного лечения и оздоровления населения Республики Беларусь» (в ред. постановлений Совмина от 19.03.2008 № 421 от 05.01.2011 № 10, от 04.08.2011 № 1049, от 08.05.2015 № 394) оздоровление определено как комплекс мероприятий, направленных на укрепление здоровья населения путем увеличения функциональных возможностей организма в целях

профилактики заболеваний. Указаны оздоровительные организации: профилакторий, оздоровительный центр (комплекс), детский оздоровительный центр (комплекс), детский оздоровительный лагерь, дом (база) отдыха, пансионат, санаторно-курортные организации – организации, в которых осуществляется оздоровление населения. Одним из ожидаемых результатов реализации Концепции являлся создание современных технологий оздоровления. На 2016 год концепций и технологий оздоровления в законченном и целостном виде не опубликовано.

Исходя из социально-экономических реалий обоснованы высокие требования, предъявляемые государством к повышению качества работы физкультурно-оздоровительных организаций, которые с одной стороны, призваны организовывать проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в целях укрепления здоровья населения в организациях всех форм собственности, работу детско-юношеских центров, клубов по спортивным интересам, физкультурно-оздоровительных секций; с другой – вести учет и анализ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, осуществлять пропаганду здорового образа жизни, работать в тесном контакте с учреждениями здравоохранения для обеспечения врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой и спортом.

Деятельность в рамках оздоровительной физической культуры направлена в первую очередь на достижение максимально возможного оздоровительного эффекта. Ответственность за эту деятельность сегодня лежит на руководителях и специалистах (исполнителях) по оздоровлению населения. Ведущим звеном в системе оздоровления населения Беларуси является потенциал руководителей и специалистов, функционал которых предусматривает осуществление оздоровительной деятельности. Реформированная структура отрасли «Физическая культура, спорт и туризм» представлена на сегодня логическими взаимоотношениями между подсистемами и функциональными частями системы, чтобы эффективно достичь цели системы – оздоровление населения. Если фитнес как часть системы отрасли и фитнес-организации, как подсистемы не входят в систему нашей отрасли, они не облегчают процесс достижения цели. А реально указанное явление (оздоровление населения через фитнес-услуги) стихийно развивается, никем не управляется, а населением Беларуси используется и признается.

Обратимся к перечню должностей служащих Общегосударственного классификатора Республики Беларусь (ОКРБ 006) и сравним название должностей, специальностей по фитнесу с подобными в США, Украине, где указанные специалисты имеют признание на уровне утверждения соответствующими ведомствами (таблицы 1 и 2). Очевидно, что более чем 50-летнее существование фитнеса в США позволило утвердить временем и опытом 11 профессий в оздоровительном фитнесе, с достаточно четкой специализацией и разделением полномочий. Украина примечательна тем, что за 20-летний опыт существования фитнеса на постсоветском пространстве все-таки признала востребованность 2 фитнес-профессий и ведет подготовку в своих профильных вузах. Россия и Беларусь пока еще не признали назревшую необходимость внести в общегосударственные классификаторы и вести подготовку специалистов по фитнесу на уровне вузовской подготовки. Примечательно, что в Беларуси, согласно ОКРБ 006 (таблица 1), из пяти должностей руководителей физкультурно-спортивных организаций (директоров и начальников) имеют специальность и квалификацию только две: «Директор (председатель) клуба физкультурно-спортивного» и «Директор центра физического воспитания и спорта учащихся и студентов», переподготовка которых после любого высшего образования осуществляется в ИППК БГУФК. А собственно функции непосредственного оздоровления населения, в том числе и через фитнес, определенно осуществляет только «Инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе».

Из проанализированных анкет инструкторов-методистов, осваивающих образовательные программы повышения квалификации и переподготовки кадров в ИППК БГУФК, следует, что проблема повышения квалификации в современном мире высокой информатизации общества стоит очень остро. В сфере физической культуры и спорта, где огромное значение имеет личная передача опыта и специфического знания от учителя к обучаемому, современное повышение квалификации приобретает иные формы и значимость. Наше исследование подтверждает соответствие мировой тенденции во многих профессиях – обучение и профессиональное развитие посредством интернет-технологий (рисунок 1).

61 % инструкторов-методистов обращаются в сеть для повышения своей квалификации, а к изучению книг и журналов только 11 %. При этом одной из востребованных очных форм – семинарам отдают предпочтение 50 % респондентов. Респонденты отметили также в качестве форм повышения своей квалификации: участие в фестивалях –16 %, конвенциях – 21 %, индивидуальное обучение у «гуру», признанных авторитетов своего направления – 25 %. Вместе с тем в ответе на вопрос: «Испытываете ли вы нехватку информации о…», ответы распределились следующим образом (рисунок 2).

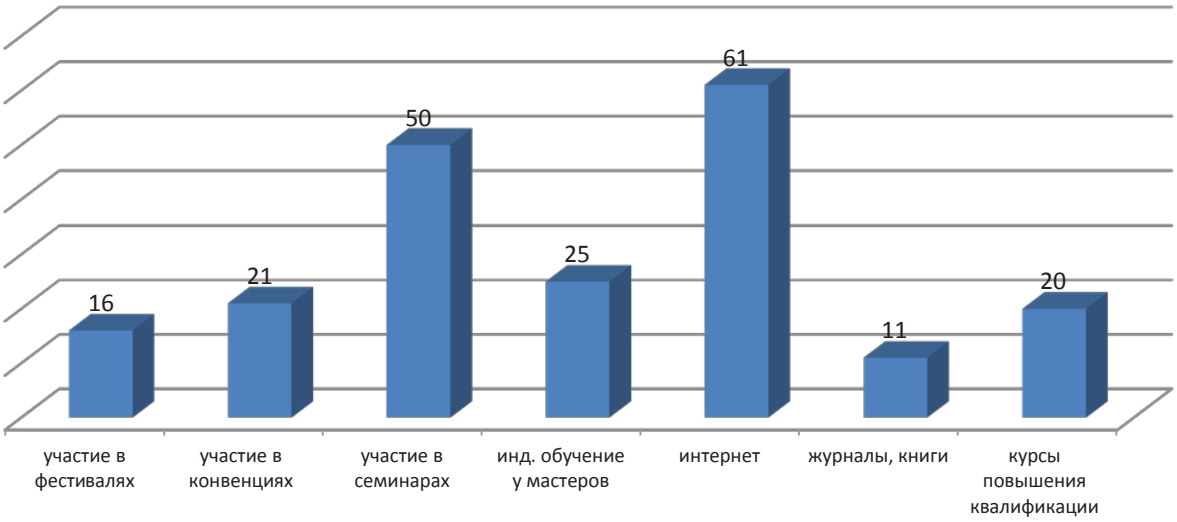

Рисунок 1. – Формы повышения квалификации инструкторов-методистов (%)

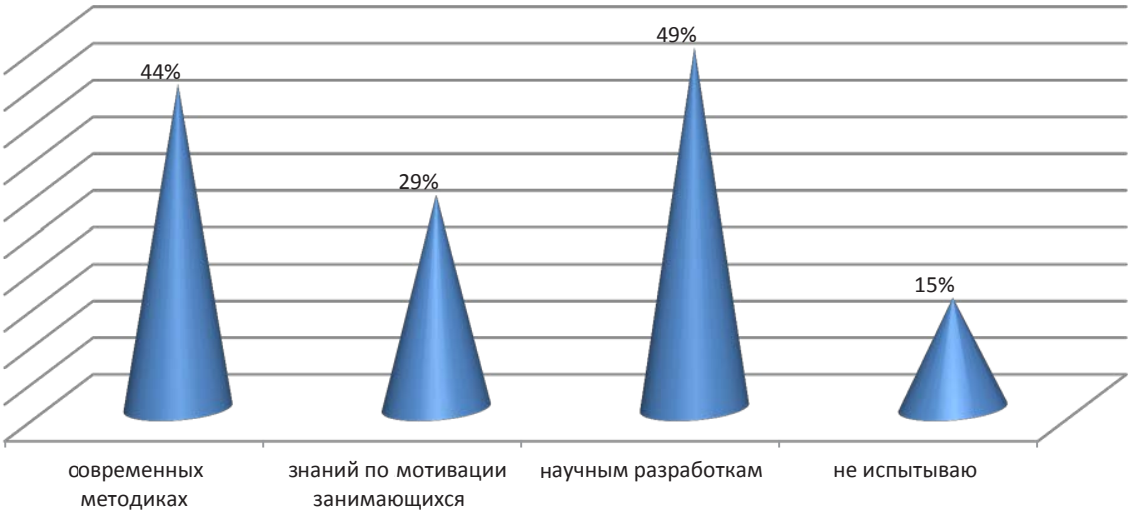

Рисунок 2. – Недостаток информации у инструкторов-методистов (%)

Отмечают недостаток информации о современных физкультурно-оздоровительных методиках 44 % респондентов, 29 % знаний по привлечению занимающихся к занятиям, по их мотивации, о научных разработках зарубежных и отечественных специалистов по оздоровительной физической культуре (новых тренажерах, оборудовании, возможностях технических и информационных средств обучения движениям и сопровождения и т. п.) – 49 %. Вообще не испытывают недостатка информации 15 % испытуемых. Стоит отметить, что обязательную форму повышения квалификации, предусмотренную законодательством, оставляет 20 % респондентов. Система государственного физкультурного образования в Республике Беларусь, принятые нормативные документы обеспечивают повышение квалификации специалистов по фитнесу и без официального его признания, но позволяющего накапливать опыт обучения слушателей по актуальным вопросам в их сегодняшней деятельности. И на наш взгляд, лидирующим в обучении передовым технологиям физкультурно-оздоровительной работы с населением остается ИППК БГУФК.

Из того же анализа следует, что управление физическим воспитанием населения занимаются лица в отрасли с должностями и квалификационными требованиями – высшее профессиональное физкультурное образование и различный по годам стаж работы по специальности. Напрашивается вывод о том, что специалисты в сфере управления оздоровлением по окончании учреждения высшего образования (УВО) физкультурного профиля могут быть компетентны во всех возможных функциональных областях – должностях физкультурно-спортивных организаций, какие только могут существовать и быть готовыми после УВО руководить оздоровлением в целом. А реалии сегодняшнего дня, с учетом требований рыночной экономики и особенностей различных стратегий форм хозяйственности, требуют от руководителей порой взаимопротиворечащих

знаний и функций, например, в таких направлениях, как «спорт» и «оздоровление». В то время как в других странах «узкая специализация» сегодня, так востребованная на рынке труда, позволяет высокоэффективно решать задачи в сложных и постоянно меняющихся условиях, в частности в приведенном сравнении должностей и специальностей в фитнесе.

Приходится констатировать, что в реальности в зависимости от формы собственности, утвержденной уставной деятельности учредителями под одним и тем же названием физкультурно-спортивной организации может подразумеваться совершенно противоположная деятельность в направлениях: от формирования спортивного резерва – до оздоровления, или просто фитнес-организация. Анкетирование специалистов и анализ услуг физкультурно-оздоровительных организаций Беларуси подтверждают предоставление платных услуг населению, которые отвечают требованиям и ожиданиям потребителей, удовлетворяют их разнообразными фитнес-услугами [11]. При том что нет ни единого упоминания о фитнесе в документах, определяющих стратегию и развитие отрасли «Физическая культура, спорт и туризм».

В настоящее время в нашей стране, равно как и в России – родине фитнеса на постсоветском пространстве, ни одно УВО не готовит специалистов по фитнесу с присвоением квалификации «фитнес-инструктор» вот уже более 20 лет. Студенты Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма, Белорусского государственного университета физической культуры и другие студенты стран постсоветского пространства проходят соответствующий ознакомительный или специальный курс, и только. В связи с востребованностью фитнес-компетенций кадров на рынке физкультурно-оздоровительных услуг Беларуси нишу по обучению и подготовке фитнес-инструкторов заняли организаторы кратковременных курсов и семинаров (от одного дня до трех месяцев). Очевидно, что «получением профессии» такую подготовку признать нельзя, скорее это пример одной из форм дополнительного образования. С одной стороны, согласно законодательству, работать в физкультурно-оздоровительной сфере, к которой относится фитнес, без физкультурного педагогического образования нельзя, с другой стороны, подавляющее большинство успешных и востребованных фитнес-инструкторов, без физкультурного педагогического образования быстро продвигаются в фитнес-карьере и задают высокую планку конкурентоспособности на рынке труда. Помимо указанных внутренних причин необходимости признания фитнеса в Беларуси, существуют также и внешние. Болонский процесс заставляет нас взглянуть по-новому на сложившуюся ситуацию. Беспрецедентное включение «авансом» Республики Беларусь в Европейское пространство высшего образования потребует от нас гибкости и актуальности в подготовке компетентных специалистов не уступающим, а скорее вполне соответствующим существующим Европейским стандартам в фитнесе.

Выводы

Из анализа основных международных документов и направлений деятельности ряд организаций, таких как ООН, ЮНЕСКО, ВОЗ, Совет Европы и ЕС, поддерживает развитие «спорта для всех», массового спорта, физического воспитания и фитнеса, в частности компонента аналога отечественной классификации – оздоровительной физической культуры. Фитнес является инновацией, появление которой обусловлено закономерностями развития общества, социокультурными предпосылками и сменой образовательных парадигм.

Система повышения квалификации и переподготовки кадров находится на пересечении сферы профессиональной деятельности и сферы образования. Решением указанных проблем так или иначе на протяжении последних двадцати лет занимается система дополнительного образования взрослых. Гибкость, реактивность и сроки программ дополнительного образования взрослых позволяет учесть, внедрить и удовлетворить все необходимые коррективы и требования как рынка, так и государства. Но без официального признания и включения в общегосударственный классификатор соответствующих времени и рынку профессий, цели системы оздоровления в отрасли «Физическая культура, спорт и туризм» могут быть достигнуты не так быстро, как хотелось бы.

Очевидно, упор необходимо сделать на интернет-технологии в разработке учебно-методических комплексов, курсов обучения и повышения квалификации для развития современных компетенций у специалистов физкультурного профиля. Необходимо разрабатывать готовые высококачественные научно обоснованные и апробированные «образовательные продукты», в том числе для онлайн-обучения.

Таким образом, сегодня из отрефлексированного опыта управления спортом и оздоровления на уровне системы повышения квалификации и переподготовки кадров представляется возможность методологически обосновывать и внедрять в образовательные стандарты и программы обучения четкие и ясные, не дублирующие функции, компетенции, описывать и принимать за основу в нормативные документы работающие механизмы решения сложных управленческих ситуаций в оздоровлении и фитнесе в соответствии с мировыми тенденциями и европейскими стандартами.

Таблица 1. – Перечень должностей руководителей и специалистов, занимающихся оздоровлением населения, обучающихся в ИППК БГУФК на ФПП и ПК

Должность	Наименование профиля, направления образования, группы специальностей, специальности	Наименование квалификации	Квалификационные требования
Перечень первичных должностей служащих по ОКРБ 006	***ОКРБ 011-2009***		***Постановление М-ва труда от 26.05.2000 № 84 (ред. 17.04.2015 г.)***
Извлечения			
РУКОВОДИТЕЛИ			
Директор (председатель) клуба физкультурно-спортивного	Менеджмент спортивной организации	Менеджер	Высшее профессиональное физкультурное образование+стаж работы
Директор центра физического воспитания и спорта учащихся и студентов			
Директор (начальник, заведующий) спортивного сооружения (объединения), центра физкультурно-оздоровительной работы	отсутствует	отсутствует	
Директор учебно-методического центра физического воспитания населения	отсутствует	отсутствует	
Начальник (заведующий) основного отдела (лаборатории) учебно-методического центра физического воспитания населения	отсутствует	отсутствует	
СПЕЦИАЛИСТЫ			
Инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе	Оздоровительная физическая культура	Инструктор-методист	Высшее профессиональное физкультурное образование+стаж работы
Методист учебно-методического центра физического воспитания населения	отсутствует	отсутствует	

Таблица 2. – Сравнительная характеристика основных профессий специалистов оздоровительного фитнеса в США и Украине [6]

Профессии в США	Направленность деятельности специалиста	Аналог профессии в Украине
Руководитель занятий	Непосредственное проведение фитнес-занятий на базовом, исходном уровне («на полу»)	Инструктор аэробики. Инструктор-методист тренажерного комплекса (зала) (Классификатор профессий Украины 003:2010; № 3475)
Инструктор оздоровительного фитнеса	Проведение тестирования, разработка рекомендаций и руководство проведением оздоровительных фитнес-программ занятий преимущественно со здоровым контингентом занимающихся	Фитнес-тренер (Классификатор профессий Украины 003:2010; № 3475)
Фитнес-директор	Выполнение функций инструктора оздоровительного фитнеса, ответственного за руководство фитнес-программами	Аналога нет. Функции фитнес-менеджера выполняет фитнес-тренер, назначенный руководителем фитнес-клуба
Технолог тестирования	Проведение нагрузочного тестирования в оздоровительных и реабилитационных фитнес-программах	Аналога нет. Функции специалиста по тестированию выполняет фитнес-тренер
Специалист по двигательной активности – реабилитолог	Проведение тестирования, разработка рекомендаций и руководство программами занятий с лицами, имеющими высокий риск развития заболеваний или имеющими заболевания сердечно-сосудистой, дыхательной систем или обмена веществ	Аналога нет. Функции специалиста-реабилитолога выполняет фитнес-тренер. В ряде клубов работают специалисты по физической реабилитации
Директор фитнес-программ	Специалист по двигательной активности – реабилитолог, ответственный за управление, научную разработку и совершенствование оздоровительных, реабилитационных программ	Аналога нет. Функции директора программ выполняет фитнес-тренер, имеющий опыт работы и назначенный руководителем фитнес-клуба
Персональный тренер по фитнесу	Проведение персональных фитнес-занятий	Функции персонального тренера выполняет фитнес-тренер
Консультант по здоровому образу жизни и контролю массы тела	Проведение практических фитнес-занятий и просветительской работы по формированию здорового образа жизни и коррекции массы тела	Аналога нет. Функции консультанта входят составной частью в содержание деятельности фитнес-тренера
Инструктор групповых фитнес-занятий	Проведение групповых фитнес-занятий (аэробика, сайкл, аквааэробика и др.)	Фитнес-тренер. Инструктор аэробики
Инструктор силовой и кондиционной подготовки	Проведение фитнес-занятий силовой и кондиционной (обще подготовительной) направленности	Фитнес-тренер. Инструктор-методист тренажерного комплекса (зала)
Инструктор танцевальной аэробики	Проведение фитнес-занятий	Фитнес-тренер. Инструктор аэробики

ЛИТЕРАТУРА

1. Спортивная энциклопедия – SportWiki энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://sportwiki.to. – Дата доступа : 30.06.2016 г.

2. Макарова Г. А. Медицинский справочник тренера / Г. А. Макарова, С. А. Локев. – 2-е изд., стер. – М. : Советский спорт 2006. [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://medinfo.social/spravochniki_868_870/evropeyskiy-test-fizicheskoy-37070.html. – Дата доступа : 1.07.2016 г.

3. Всемирная организация здравоохранения: Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/ru. – Дата доступа : 29.06.201 г.).

4. Менхин, Ю. В. Оздоровительная гимнастика. Теория и методика / Ю. В. Менхин, А. В. Менхин. – СПб. : Физкультура и спорт, 2009. – 432 с.

5. Сайкина, Е. Г. Фитнес в системе дошкольного и школьного физкультурного образования : автореф. дис. … д-ра пед. наук / В. Г. Сайкина : РГПУ им. А. И. Герцена. – СПб., 2009. – 47 с.

6. Березенская, Б. Сравнительная характеристика профессий специалистов по двигательной активности и здоровому образу жизни в США и Украине // Молода спортивна наука України. – Львівський держ. ун-т фіз. культури. – Львів : НВФ «Українські технології», 2013. – Т. 4. – С. 10–16.

7. Круглова, Т. Э. Интеграция направления «Фитнес-менеджмент» в систему общей подготовки специалистов в условиях высшего физкультурного образования / Т. Э. Круглова, А. Н. Чудных // I Международный конгресс «Термины и понятия в сфере физической культуры». – СПб., 2006. – С. 194–197.

8. Howley, E. T. Fitness Professional's Handbook/ E.T. Howley, B. Don Franks. – Human Kinetics, 2012. – 558 p.

9. Левицкий, В. В. Кадровое обеспечение сферы оздоровительного фитнеса в зарубежных странах / В. В. Левицкий // Наука в олимпийском спорте.– 2001. – С. 72–90.

10. Прилепский, И. А. Педагогические условия формирования танцевальной культуры личности среднего возраста в системе фитнес-клубов : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05. – М. : Моск. гос. ун-т культуры и искусств, 2013. – 23 с.

11. Садовникова, В. В. Фактические механизмы функционирования фитнес-индустрии Беларуси / Ученые записки : сб. рец. науч. тр. / редкол.: Т. Д. Полякова и др. ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2015. – Вып. 18. – С. 233–245.

11.07.2016

УДК 796.012.1+373.016:796

ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ РЕЖИМОВ ШКОЛЬНИКОВ

Снежицкий П.В., канд. пед. наук
(Гродненский государственный аграрный университет)

В статье рассмотрена проблема двигательной активности школьников в сельской местности, основанная на возрастающей гиподинамии с одной стороны и спецификой занятости детей в сельскохозяйственном труде с другой стороны. Предлагается решение данной проблемы через индивидуализацию двигательных режимов учащихся на внеклассных занятиях в сельской школе.

Ключевые слова: ***двигательная активность, школьники, сельская школа.***

INDIVIDUALIZATION OF MOTOR REGIMEN OF SCHOOLCHILDREN

The problem of motor activity of schoolchildren in rural areas based on the increasing hypodynamia on the one hand, and specifics of children's occupation in agricultural work on the other is considered in the article. It is proposed to solve the problem through an individualization of motor regimes of schoolchildren at extracurricular classes at village schools.

Keywords: ***motor activity, schoolchildren, village school.***

Актуальность темы исследования. На современном этапе развития общества в Республике Беларусь актуальна проблема укрепления и сохранения здоровья сельского населения как основного трудового контингента, обеспечивающего национальную продовольственную безопасность. Целесообразно организованная двигательная активность (ДА) – важнейшее условие формирования здорового образа жизни и укрепления здоровья человека вне зависимости от возраста. Особое значение оптимальная ДА имеет для детей, у которых процессы развития являются доминирующим морфофункциональным фоном, создающим условия личностного и физического роста. Адекватность физической нагрузки на внеклассных секционных занятиях в сельских школах является ключевым условием формирования физически здорового контингента сельских детей – трудового ресурса села в будущем [1–5].

В возрасте 12–17 лет гиподинамическая учебная деятельность (учебные занятия в школе, под-