

УДК 374; 377.4

Профессиональная переподготовка тренеров по фитнесу

Парфенова А. М., аспирант

*ФГАОУ ВО «Российский государственный
профессионально-педагогический университет»,*

Екатеринбург, Российская Федерация

*Российский государственный аграрный университет – МСХА
имени К. А. Тимирязева*

Москва, Российская Федерация

Научный руководитель: д. п. н., профессор Третьякова Н. В.

Аннотация.

В статье рассматривается профессиональная переподготовка тренеров по фитнесу, как форма повышения их профессиональной компетентности. Показана необходимость дополнительного профессионального образования тренеров по фитнесу для эффективного выполнения профессиональных задач в организации фитнеса.

Дополнительное профессиональное образование – это система обучения и повышения квалификации, предназначенная для специалистов, которые уже имеют определенный уровень образования и работают в своей профессии. Она предоставляет возможность специалистам регулярно обновлять свои знания и навыки в соответствии с изменениями в профессиональной сфере, улучшать свой профессиональный статус и повышать свою эффективность в процессе трудовой деятельности.

Рассмотрим ряд преимуществ дополнительного профессионального образования для специалиста:

- повышение профессиональных навыков и знаний в соответствии с требованиями рынка труда;
- улучшение карьерных перспектив и возможность получения более высокой заработной платы;
- развитие квалификации и обновление знаний в своей области;
- совершенствование навыков управления временем и повышение эффективности работы.

Для компаний дополнительное профессиональное образование также имеет значительные преимущества:

- повышение квалификации сотрудников позволяет повышать качество выполняемой работы;
- поддержание высокого уровня профессиональных знаний и навыков сотрудников;
- обучение новым и современным технологиям и методам работы, которые могут применяться в бизнес-процессах компании.

Профессиональная переподготовка тренеров по фитнесу – это процесс, в рамках которого специалисты, уже имеющие опыт работы в данной сфере, повышают свою квалификацию и расширяют знания в области физиологии, психологии, питания, тренировок и других аспектов здорового образа жизни.

По мнению ряда авторов профессиональная переподготовка тренеров по фитнесу является важным этапом в их карьерном росте. Она направлена на развитие коммуникативных и творческих компетенций, совершенствование личностных качеств, необходимых для выполнения трудовых функций, позволяет тренерам повышать свою квалификацию, узнавать о новых трендах и технологиях в области фитнеса, улучшать свои навыки и профессиональные знания [4].

Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» установлено, что фитнес центры и их объединения обязаны привлекать квалифицированных работников, обладающих теоретическими знаниями и практическими навыками в сфере оказания соответствующих услуг, таким образом можно заключить что тренеры по фитнесу должны иметь среднее профессиональное или высшее образование по физической культуре.

В результате анализа федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования по направлению «Физическая культура» и «Спорт» было выявлено, что профессиональные компетенции сформированные в результате освоения программы бакалавриата определяются на основе следующих профессиональных стандартов: «Педагог», «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования», «Тренер», «Инструктор-методист», «Спортивный судья», «Руководитель организации осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», «Специалист по антидопинговому обеспечению», «Педагог (педагогическая деятельность в сфере

дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель)».

В представленном перечне профессиональных стандартов отсутствует профессиональный стандарт «Специалист по продвижению фитнес услуг» (Утвержден приказом Министерством труда и социальной защиты РФ от 24.12.2020 г.), наиболее, по нашему мнению, адаптированный к фитнес-индустрии. На основе анализ данного профессионального стандарта нами предложены профессиональные компетенции тренеров по фитнесу [2], обзор которых позволяет заключить, что наличие высшего образования по направлению подготовки «Физическая культура» и «Спорт» не позволяет в полной мере осуществлять профессиональную деятельность тренера по фитнесу.

В этой связи стоит рассмотреть профессиональную переподготовку через специализированные курсы и семинары. Некоторые из возможных направлений профессиональной переподготовки для тренеров по фитнесу могут включать:

1. Специализация на конкретных типах фитнеса, таких как йога, пилатес, кроссфит и т. д.
2. Обучение новым технологиям в области фитнеса, таким как функциональный тренинг, HIIT, TRX и т. д.
3. Изучение питания и диетологии для того, чтобы помочь клиентам настроить правильный баланс питательных веществ.
4. Развитие коммуникационных, лидерских и менеджерских навыков, для более эффективного взаимодействия с клиентами и управления тренерской группой.
5. Углубление знаний в области анатомии, клинической медицины и физиологии, для более эффективной диагностики и лечения заболеваний в рамках тренировок.

6. Обучение новым методам мотивации клиентов, включая использование технологий мотивации (например, мобильных приложений или фитнес-трекеров).

Обзор предлагаемых программ профессиональной переподготовки в центрах дополнительного профессионального образования г. Екатеринбурга позволил установить их виды и объем, так на сегодняшний день центры предлагают следующие программы:

- тренер универсал (252 ак. часа);
- персональный тренер тренажерного зала (252 ак. часа);
- персональный тренер по фитнесу (280 ак. часов);

- тренер по фитнесу (620 ак. часов);
- фитнес-нутрициолог (340 ак. часов);
- инструктор по детскому фитнесу (340 ак. часов);
- тренер по стретчингу (340 ак. часов);
- тренер групповых программ (278 ак. часа);
- тренер по индивидуальным фитнес-программам (337 ак. часов).

Обучение по программам профессиональной переподготовки может осуществляться в разных формах: очно, с применением дистанционных образовательных технологий, электронного обучения, стажировки (полностью или частично), индивидуально или групповой формой.

Научные изыскания в рамках предмета нашего исследования показали, что при определении содержания программ дополнительного профессионального образования применительно к сфере фитнеса необходимо ориентироваться на готовность специалистов к выполнению всех трудовых функций и учитывать следующие критерии [1]:

- запрос работодателей и при формировании групп компетенций необходимых в профессиональной деятельности тренеров по фитнесу;
- выбор профессиональных стандартов как основы для определения групп компетенций;
- мониторинг востребованных фитнес-направлений среди категорий и групп населения;
- учет современных фитнес-технологий и оборудования;
- классификацию фитнес клубов;
- уровень профессиональных знаний слушателей курсов;
- квалификация, практический опыт преподавательского состава.

Результаты исследования методики повышения качества подготовки тренеров по фитнесу показали, что руководители организаций фитнеса для развития профессиональных компетенций тренеров и повышения их профессиональной компетентности приоритетными считают семинары, тренинги, мастер-классы, фитнес конвенции, вместе с тем эффективными формами обучения руководители считают учебный центр фитнес клуба и вузы по профилю. Так же установлено, что сами тренеры по фитнесу готовы к самообразованию, что подтверждает наличие дипломов о профессиональной переподготовке [3].

В целом, можно заключить, что необходимость профессиональной переподготовки тренеров по фитнесу не вызывает сомнений.

Этому способствует ряд факторов: отсутствие федеральных государственных образовательных программ, адаптированных для сферы фитнес-услуг, потребность работодателей в квалифицированном персонале, стремлении тренеров в повышении профессиональной компетентности. Таким образом, дополнительное профессиональное образование тренеров по фитнесу сегодня способно решить проблему качества предоставления фитнес-услуг, это связано с появлением новых тенденций и технологий в индустрии фитнеса, повышать свой профессиональный уровень, что безусловно способствует эффективности организации.

Список использованных источников

1. Копылова, Н. Е. Профессиональная переподготовка и курсы повышения квалификации тренеров / Н. Е. Копылова, С. И. Бочкарева, А. Г. Ростеванов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 10 (176). – С. 184–188.

2. Парфенова, А. М. Анализ деятельности тренера по фитнесу на основе профессионального стандарта «специалист по продвижению фитнес-услуг» / А. М. Парфенова, Н. В. Третьякова // Актуальные вопросы современной науки и образования : сборник статей XXV Международной научно-практической конференции. Пенза, 20 декабря 2022 года. : в 3 ч. – Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г. Ю.), 2022. – Ч. 3. – С. 146–152.

3. Методика повышения качества подготовки тренеров в рамках работы предприятия сферы фитнес-услуг : журнал : в 8 т. / Научный журнал ; редактор.: И. Ю. Сазонов (глав. ред.) [и др.] – Екатеринбург : Россия. Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО УралГУФК, 2014–2022. – Т. 8. – 2022. – 85 с.

4. Шарипова, Э. Р. Профессиональная переподготовка: цели и задачи / Э. Р. Шарипова // Инженерно-педагогический вестник: легкая промышленность. – 2018. – № 4 (7). – С. 30–34.