

*Паришкура Ю. В., кандидат педагогічних наук, доцент,
Шевченко М. В., студент,
Київський національний університет
технологій та дизайну*

ГОТОВНІСТЬ ДО ДИДЖИТАЛІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ ГАЛУЗИ ФІТНЕСУ ТА РЕКРЕАЦІЇ: ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

Популяризація різних видів фітнесу, зростання прибічників здорового способу життя за останні роки в Україні спричинило появу нових місць для занять фізичними вправами та рекреації, від спеціально облаштованих майданчиків до місць просто неба на пляжах, у місцях відпочинку та рекреаційних парках [1, 4, 6]. На сьогоднішній день пропонуються різноманітні фітнес-програми та оздоровчо-рекреаційні технології, які організують люди, що не завжди мають відповідну освіту та професійну підготовленість. Для безпечного та раціонального функціонування потребуються кваліфіковані фахівці, які матимуть вплив на залучення, організацію та контроль контингенту, що займаються [3, 8].

Отримати кваліфікацію тренера можна на курсах, вебінарах які часто відкривають крупні фітнес-компанії. Ґрунтовнішу підготовку своїм випускникам дають університети, а також середні спеціальні заклади освіти даного профілю [2, 8].

Умови сьогодення – карантин, COVID-19, від лютого 2022 року військові дії, що охопили всю Україну, вимагають формування готовності до диджиталізації, як до навчання, так і до практичної діяльності майбутніх фахівців фітнесу та рекреації у нових, більш складних умовах, що потребує викликів до педагогічної майстерності викладачів, використання сучасних засобів розповсюдження інформації.

У процесі здобуття вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт освітня програма «Фітнес та рекреація» Київського національного університету технологій та дизайну (КНУТД) у рамках навчальної дисципліни «Фітнес технології» набули актуальності питання передачі інформації та продовження навчання в умовах військового стану, інтеграція набутих компетентностей у практичну діяльність [2].

У ХХІ ст. світ увійшов у період комплексних трансформацій основою яких стає диджиталізація. В Україні у 2016 році було розроблено тпроект «Цифрової адженди України – 2020», де передбачено стратегічне завдання – усунути технологічний розрив між Україною та розвинутими країнами [9] та у 2018 році схвалено урядову Концепцію розвитку цифрової економіки та суспільства України на 2018-2020 роки й затверджений план заходів щодо її реалізації.

Карантин і військові дії внесли корективи до виконання цього плану але питання діджиталізації зараз, як ніколи, на часі. Це не означає зупинення освітніх процесів, зокрема через організацію дистанційного навчання та у виняткових випадках ущільнення графіку освітнього процесу; виконання працівниками закладів освіти іншої роботи (організаційно-педагогічної, методичної, наукової тощо); запровадження гнучкого (дистанційного) режиму роботи працівників відповідно до Методичних рекомендацій щодо встановлення гнучкого режиму робочого часу [5, 7].

Карантин у закладах освіти і військовий стан в державі, це – потреба миттєво перейти на дистанційне навчання [5, 7]. Адже це серйозний виклик для української системи освіти до прискорення діджиталізації у всіх закладах освіти. Не всі заклади освіти мають платформу для дистанційної освіти, навіть ті, що досить широко використовують різні форми змішаної системи навчання, бо ці форми здебільше є нечастою ініціативою окремих викладачів та стосуються лише окремих тем курсів або окремих навчальних дисциплін, а не виконання освітніх програм у цілому.

Педагоги знаходять різні рішення в умовах сьогодення: від домашніх завдань у месенджерах до онлайн-уроків засобом Google meet та Zoom. На сайті Міністерства освіти і науки (МОН) та Комітету цифрової трансформації опублікований список ресурсів для різних потреб, однак ні чинне законодавство, ні рекомендації МОН не дають чітких вказівок, як саме організувати навчальний процес удома. Користуючись автономією закладу освіти студенти КНУТД мають освітній ресурс, такий як модульне середовище освітнього процесу (МСОП) де педагоги викладають навчально-методичні матеріали, а здобувачі освіти передають виконані завдання. Разом з тим існують деякі обмеження для освітнього контенту, що в свою чергу спонукає до пошуку шляхів вирішення питань популяризації здорового способу життя, виконання та контролю занять фізичними вправами у майбутній професійній діяльності фітнес-тренера.

Висвітлення результатів виконання завдань діджиталізації у процесі опанування дисципліни «Фітнес технології» здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт по створенню власного контенту майбутнього фітнес-тренера.

Фітнес-тренер – фахівець, який викладає різні програми для здоров'я і краси звичайним людям, клієнтам фітнес клубів і центрів, а також клієнтам, що готові працювати у он-лайн режимі. У його обов'язки входить не просто показ вправ і контроль за їхнім виконанням, а і професійне методичне складання програм.

Фахівець повинен уміти грамотно спланувати заняття з урахуванням вікових та інших особливостей людей, що довірилися йому. Цьому передують професійне навчання й набуття

компетентностей з анатомії, фізіології, біомеханіки, теорії та методики фізичного виховання, основ спортивного тренування, теорії та методики фітнесу, а також уміння просування своєї діяльності для залучення клієнтів та популяризації здорового способу життя.

Плюси професії:

- фітнес швидко розвивається та потребує все більше працівників;
- приємно бачити результат, коли люди стають здоровими, радісними і красивими;
- підтримка власної фізичної форми;
- у висококваліфікованого фахівця з часом формується власна клієнтська мережа, яка забезпечує фінансове благополуччя.

Мінуси професії:

- великі фізичні навантаження: стрибки, танцювальні та бігові вправи кілька годин на добу;
- робочий день багатьох фітнес-тренерів починається тоді, коли більшість людей ще не почали або закінчують свою роботу;
- не дивлячись на власне самопочуття, тренер повинен давати клієнтам заряд бадьорості та гарного настрою.

З переходом у дистанційний та змішаний режими як навчання, так і практичного втілення набутих компетентностей актуальним є робота з цифровим контентом.

Прикладом такої діяльності є профілі здобувачів освіти II курсу, котрі мають високий рівень готовності до майбутньої діяльності – Ананко Єлизавети, яка проводила фітнес заняття під керівництвом методиста у он-лайн режимі через свій профіль мережі Instagram (рис. 1) та Смирного Андрія, що давав рекомендації щодо виконання комплексів фізичних вправ самостійно за методом «Табата». Ці профілі є прикладом виконання домашнього завдання з дисципліни «Фітнес технології» (рис.2).



Рис. 1 – QR код профілю здобувачки освіти Ананко Є.

Рекомендовано для здобувачів освіти під час самопідготовки, навчальної та виробничої практики опрацювати науково-методичну літературу, переглядати фітнес контент і створити власний професійний словник з урахуванням діджитал термінів.



Рис. 2 – QR код профілю здобувача освіти Смирного А.

У сучасних суспільних умовах важливого значення набуває проблема формування й розвитку особистості в її основних професійних якостях. Нині становлення особистості майбутніх фахівців фітнесу та рекреації, розвиток особистісного «Я» і професійної самосвідомості, формування психологічної готовності до діяльності є не менш значущим, ніж високий рівень їхніх фахових знань і цифрових компетентностей.

Сучасний світ регулярно підкидає нам нові виклики, тож дедалі актуальнішою стає набуття компетентності швидко пристосовуватися до змін і бути гнучким. Для сфери фізичної культури і спорту це питання особливо актуальне. Адже кожен, хто займається фізичною культурою і спортом вміє ставити цілі та йти по наміченим задачам до них, кожна проблема – це нові можливості й гарний привід отримати новий досвід. Актуальним постає проблема висвітлення результатів готовності до професійної діяльності майбутніх фахівців фітнесу та рекреації у наступних наукових роботах.

Список використаних джерел:

1. Беляк Ю., Грибовська І., Музика Ф., Іваночко В., Чеховська Л. (2018). Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу. Львів: ЛДУФК.
2. Дудорова, Л. Ю.; Паришкура, Ю. В. (2020). Формування готовності майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до діяльності у фітнес центрах. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова, ЗК(123), 146-150.
3. Жданова О., Данилевич М., Грибовська І., Чеховська Л. (2014). Зміст підготовки магістрів зі спеціальності «фітнес і рекреація». Фізична активність, здоров'я і спорт, 1(15), 62-69.

4. Левицкий, В. В. (2011). Кадровое обеспечение сферы оздоровительного фитнеса в зарубежных странах. Наука в олимпийском спорте, 3, 72-84.
5. Наказ Міністерства освіти і науки України «Про організаційні заходи для запобігання поширенню коронавірусу COVID-19» № 406 від 16 березня 2020 року, URL: https://rada.kpi.ua/files/%D0%9D%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%B7%20%D0%9C%D0%9E%D0%9D_406.pdf (дата звернення: 08.01.2023).
6. Паришкура Ю.В., Короваєва Б. М. (2023). Діагностика комунікативних установок майбутніх фахівців фізичної культури і спорту у процесі оздоровчо-рекреаційної діяльності. Нотатки сучасної науки: електронний мультидисциплінарний науковий часопис. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 4.
7. Постанова Кабінету Міністрів України «Про запобігання поширенню на території України гострої респіраторної хвороби COVID-19, спричиненої корона вірусом SARS-CoV-2» 76 від 11 березня 2020 р. № 211 зі змінами. URL: http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/KP200211.html
8. Твердохліб, О., Кузьменко Н., Лускань О. (2010). Аналіз сучасних систем підготовки спеціалістів з оздоровчого фітнесу в США, Західній Європі, Росії, Україні. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім.М.П.Драгоманова, Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 6, 295-299.
9. Цифрова адженда України – 2020 («Цифровий порядок денний» – 2020) Концептуальні засади (версія 1.0) Першочергові сфери, ініціативи, проекти «цифровізації» України до 2020 року. Київ : ГС «Хай-тек офіс Україна». URL: <https://uccs.org.ua/uploads/files/58e78ee-3c3922.pdf> (дата звернення: 19.01.2023).