

## Перевірка підготовки майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до діяльності в умовах фітнес-центру

Петро Джуринський<sup>1</sup>  
Софія Воробйова<sup>1</sup>  
Олена Хом'якова<sup>2</sup>

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»<sup>1</sup>,  
МГО ТК «Dance life»<sup>2</sup>,  
Одеса, Україна

**Мета:** перевірити ефективність підготовки майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру.

**Матеріал і методи:** анкетування, тестування, спостереження; статистичні методи, факторний аналіз. У дослідженні взяли участь 34 здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти 1-2 років навчання освітньо-професійної програми (ОПП) «Фізична культура і спорт», спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». З метою визначення ефективності підготовки майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру було здійснено анкетування здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти; визначено рівні сформованості готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру.

**Результати:** по завершенні формувального етапу педагогічного експерименту показники, що характеризують високий рівень сформованості готовності до професійної діяльності в умовах фітнес-центру, збільшилися у здобувачів контрольної групи з 7,34% до 11,20%, у здобувачів експериментальної групи з 8,44% до 24,12%. Відповідно змінилися дані, що характеризують достатній рівень сформованості готовності до професійної діяльності – у контрольній групі з 44,47% до 52,55%, у експериментальній – з 49,31% до 68,22%. Дані, що характеризують елементарний рівень сформованості готовності до професійної діяльності, зменшилися у контрольній групі з 48,19% до 36,25%, у експериментальній – з 42,25% до 7,66%. По завершенні педагогічного експерименту найбільш значущими структурними компонентами готовності були мотиваційний компонент; когнітивно-рефлексивний компонент; особистісно-діяльнісний компонент.

**Висновки:** визначено та перевірено ефективність підготовки майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру; удосконалено структуру підготовки майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру; розвитку набули положення щодо розробки і проектування змісту ОПП «Фізична культура і спорт» з підготовки майбутніх магістрів; визначено критерії та рівні сформованості готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру.

**Ключові слова:** підготовка, здобувачі, критерії, рівні, фізична культура і спорт, майбутні магістри.

### Вступ

Процеси світової глобалізації, стрімке зростання попиту і пропозиції на ринку праці зумовлюють модернізацію вищої освіти, як складника розвитку суспільства. Фізична культура і спорт є сферою успішного, перспективного бізнесу в багатьох країнах світу, заняття фізичною культурою і спортом сприяють збереженню, зміцненню і розвитку здоров'я. У нашій країні виникає нагальна потреба у якісно підготовлених фахівцях сфери фізичної культури і спорту, спроможних конкурувати на ринку праці, готових у майбутньому до кваліфікованої професійної діяльності на рівні європейських стандартів в сфері фітнесу, здатних до постійного творчого пошуку, самоосвіти, самовдосконалення.

Ефективність професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту відображено в за-

конодавчих актах і нормативних документах, зокрема у законах України «Про вищу освіту» (2014); «Про освіту» (2016); «Про фізичну культуру і спорт» (2016); у Концепції розвитку освіти України на період 2015 – 2025 роки; у Стратегії інноваційного розвитку України на 2010 – 2020 роки в умовах глобалізаційних викликів (2010); у Національній стратегії розвитку освіти в Україні до 2021 р. (2013); у Державній цільовій соціальній програмі розвитку фізичної культури і спорту» (2017).

Науковий інтерес для дослідження становили наукові праці з питань професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту (П.Б. Джуринський, 2012; М.В. Данилевич, 2016; Є.А. Захаріна, 2015 та інші); теорії та методики фізичної культури (В.Г. Ареф'єв, 2014; Т.Ю. Круцевич, 2017 та інші) [1; 2; 3; 4; 5; 6]. Формування готовності майбутніх фахівців до професійної діяльності

з оздоровчого фітнесу вивчали А.О. Твеліна, 2014; Л.Я. Чеховська, 2019 та інші; фітнес-технології досліджували ACSM's, 2008; P.O. Astrand, 1960; P.W. Darst, 2009; Iris Pahmeier, Corinna Niederbeumer (1999) [7; 8; 9; 10; 11].

Збільшення кількості фітнес-центрів на ринку нашої держави посприяло зростанню конкуренції і, відповідно, посилило боротьбу за споживача фітнес- послуг. Аналіз наукових джерел і професійної підготовки майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту виявили, що існує необхідність якісної професійної підготовки майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту, а саме в аспекті професійної діяльності в умовах фітнес-центру.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводилося згідно з Тематичним планом наукових досліджень кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» на 2019-2023 рр. за темою: «Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів і викладачів з фізичної культури, фахівців з фізичної культури і спорту, тренерів-викладачів з обраного виду спорту до професійної діяльності з різними групами населення», реєстраційний номер: 0119U002020.

Гіпотеза дослідження ґрунтується на припущенні залежності підготовленості майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру від побудови освітнього процесу, який логічний структурно-компонентному складу та особистісно-професійним якостям майбутнього магістра з фізичної культури і спорту.

**Мета дослідження** – перевірка ефективності підготовки майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру.

## Матеріал і методи дослідження

Було застосовано набір методів: анкетування здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти, тестування; факторний аналіз. Протягом досліджуваного періоду було проаналізовано психолого-педагогічну літературу, інтернет-ресурси з метою визначення критеріїв, показників й рівнів сформованості готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру; здійснено анкетування здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти; визначено рівні сформованості готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру; перевірена ефективність професійної підготовки з формування готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру.

З метою визначення стану готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру у 2018-2020 роках було проведено дослідження, в якому брали участь 34 здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти 1-2 років навчання, ОПП Фізична культура і спорт, спеціальності 017 Фізична культура і спорт, Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського». Перевірка ефективності набутих загальних, спеціальних компетенцій та програмних результатів навчання, критеріїв, рівнів сформованості готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту

до професійної діяльності в умовах фітнес-центру була проведена на формувальному етапі педагогічного експерименту, у якому брали участь контрольна (17 осіб) та експериментальна (17 осіб) групи здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти 1-2 років навчання ОПП «Фізична культура і спорт», спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського».

Учасники контрольної групи навчалися відповідно до традиційної системи підготовки, у підготовку здобувачів експериментальної групи було впроваджено технологічний концепт підготовки, який мав забезпечити формування загальних, спеціальних компетенцій, програмних результатів навчання, методів, засобів, критеріїв та рівнів сформованості готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру.

## Результати дослідження

Підготовка майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту відбувалася за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти, у якій було визначено, що основними професійними компетенціями майбутнього магістра з фізичної культури і спорту, здатного ефективно працювати в умовах фітнес-центру, є: здатність розв'язувати завдання інноваційного характеру; здатність діяти соціально відповідально і свідомо; здатність до адаптації та дії в новій ситуації; здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел; здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми; здатність генерувати нові ідеї; здатність розробляти проекти та управляти ними; здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети; здатність працювати в міжнародному контексті; здатність до безперервної самоосвіти; здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень; здатність здійснювати науково-педагогічну діяльність; здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів; здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії; здатність усвідомлювати принципи професійної етики; здатність до розробки ефективних практико-орієнтованих програм в галузі фізичної культури і спорту з урахуванням реальних і прогнозованих результатів спортивної діяльності та інші.

Програмні результати навчання обов'язково мають включати: уміння використовувати інноваційні методики у професійній діяльності; розробляти нові програми спортивної та фізкультурно-оздоровчої спрямованості; використовувати освітні, спортивні, оздоровчі, здоров'язбережувальні технології з урахуванням сучасного рівня розвитку науки; інтегрувати отримані знання в інноваційні педагогічні технології; знати передовий досвід, розробляти й уміти застосовувати новітні технології з фітнесу, рекреації та здорового способу життя; застосовувати отримані знання, уміння і навички у професійній діяльності, формувати культурологічні і аксіологічні аспекти особистості підлеглих (клієнтів фітнес-центрів); застосовувати сучасні методики і технології,

в тому числі й інформаційні, для забезпечення якості освітнього та навчально-тренувального процесу; демонструвати творчість у професійній діяльності, гнучке мислення, відкритість до нових знань, бути критичним і самокритичним.

Нами було визначено критерії та охарактеризовано рівні сформованості готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру. Мотиваційний критерій визначає ступінь сформованості мотивації на досягнення успіху у професійній діяльності та кар'єрного росту. Гносеологічно-інформаційний критерій визначає ступінь оволодіння знаннями щодо сутності та змісту майбутньої професійної діяльності. Діяльнісний критерій визначає ступінь оволодіння вміннями та навичками студентів, необхідними для успішної професійної діяльності. Креативно-творчий критерій визначає ступінь сформованості творчості та креативності здобувачів, які впливають на успішність професійної діяльності та здатність продуктивно функціонувати. Рефлексивний критерій визначає ступінь сформованості рефлексивних вмінь щодо адекватної самооцінки, здатності до ефективної професійної діяльності.

По завершенні формувального етапу експерименту показники, що характеризують високий рівень сформованості готовності до професійної діяльності в умовах фітнес-центру, збільшилися у здобувачів контрольної групи з 7,34% до 11,20%, у здобувачів експериментальної групи з 8,44% до 24,12%. Відповідно змінилися дані, що характеризують достатній рівень сформованості готовності до професійної діяльності – у контрольній групі з 44,47% до 52,55%, в експериментальній – з 49,31% до 68,22%. Дані, що характеризують елементарний рівень сформованості готовності до професійної діяльності, зменшилися у контрольній групі з 48,19% до 36,25%, у експериментальній – з 42,25% до 7,66%.

Факторний аналіз структури готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту експериментальної групи виявив основні фактори, що забезпечили 77,57% дисперсії ознак. Найбільш значущими структурними компонентами готовності були: мотиваційний компонент – 31,3%; когнітивно-рефлексивний компонент – 25,8%; особистісно-діяльнісний – 20,47% загальної дисперсії ознак.

Таким чином, результати педагогічного експерименту показали, що зміни рівнів сформованості готовності майбутніх магістрів фізичної культури і спорту, які навчалися в експериментальній групі, статистично достовірні, що підтверджує ефективність наших науково-методичних упроваджень в процес професійної підготовки. Аналіз результатів підтвердив ефективність програмних результатів навчання, критеріїв та рівнів сформованості готовності.

В Університеті Ушинського діють спеціальні положення, нормативні документи, які забезпечують якість вищої освіти здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти ОПП «Фізична культура і спорт». Проводиться періодичний моніторинг якості навчання та оцінювання і підвищення кваліфікації викладачів.

Принципи та процедури забезпечення якості вищої освіти визначено у Положенні «Про внутрішнє забезпечення якості освітньої діяльності та якості вищої освіти в Державному закладі «Південноукраїнський національ-

ний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», у Положенні «Про організацію освітнього процесу Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», у Положенні «Про організацію контролю та оцінювання якості навчання студентів Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», у положеннях про структурні підрозділи Університету Ушинського.

Моніторинг якості підготовки здобувачів за ОПП «Фізична культура і спорт» зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», аналіз результатів, за необхідності корекція робочих навчальних планів, робочих програм навчальних дисциплін здійснюється кафедрою щорічно. Періодичний перегляд ОПП «Фізична культура і спорт» зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» здійснюється один раз за повний курс навчання за освітньою програмою. Регулярно оприлюднюються результати оцінювання якості освіти на засіданні Вченої ради інституту, Університету Ушинського та на офіційному веб-сайті Університету Ушинського.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів здійснюється за 100-бальною шкалою ЄКТС та національною шкалою (відмінно, добре, задовільно, незадовільно; зараховано, не зараховано). Система оцінювання результатів навчання включає поточний, проміжний, підсумковий семестровий, відстрочений контроль та атестацію. Щорічно результати оцінювання якості навчання здобувачів обговорюються на засіданнях кафедри, вчених рад інституту, Університету Ушинського та оприлюднюються на офіційному веб-сайті Університету Ушинського.

Щорічне оцінювання науково-педагогічних працівників, які забезпечують освітній процес за ОПП «Фізична культура і спорт» зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» здійснюють: кафедра теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін, сектор наукової роботи, Центр забезпечення якості освіти, студентські ради Університету Ушинського через опитування, анкетування студентів, звітування викладачів за результатами освітньої, наукової, організаційної діяльності. Регулярне оприлюднення результатів оцінювання відбувається на засіданнях вчених рад інституту, Університету Ушинського та на офіційному веб-сайті Університету Ушинського.

В Університеті Ушинського діє система підвищення кваліфікації науково-педагогічних працівників, що забезпечують освітній процес за ОПП «Фізична культура і спорт» зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» у різних формах: курси, стажування, тренінги тощо (очно, дистанційно). Здійснюється контроль за впровадженням результатів підвищення кваліфікації в освітній процес на рівні кафедр теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського.

## Висновки / Дискусія

Виявлено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність програмних результатів навчання, як складників освітньо-професійної програми (ОПП) «Фізична культура і спорт» з підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти, виявлено критерії та рівні готовності до професійної діяльності в умовах фітнес-центру.

Визначено критерії та рівні сформованості готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру, а саме: мотиваційний критерій, що визначає ступінь сформованості мотивації на досягнення успіху у професійній діяльності та кар'єрного росту; гносеологічно-інформаційний критерій, що визначає ступінь оволодіння знаннями щодо сутності та змісту майбутньої професійної діяльності; діяльнісний критерій, що визначає ступінь оволодіння вміннями та навичками здобувачів, необхідними для успішної професійної діяльності; креативно-творчий критерій, що визначає ступінь сформованості творчості та креативності студентів, які впливають на успішність професійної діяльності та здатність продуктивно функціонувати; рефлексивний критерій, що визначає ступінь сформованості рефлексивних вмінь щодо адекватної самооцінки, здатності до ефективної професійної діяльності.

Встановлені рівні сформованості готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру, які змінилися протягом формульованого етапу експерименту, а саме: високий, достатній і елементарний. По завершенні перевірки ефективності програмних результатів навчання,

як складників освітньо-професійної програми (ОПП) «Фізична культура і спорт» з підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти, найбільш значущими структурними компонентами готовності, які формують факторну структуру дисперсійних ознак, було виявлено: мотиваційний компонент – 31,3% дисперсії ознак; когнітивно-рефлексивний компонент – 25,8% загальної дисперсії та особистісно-діяльнісний компонент – 20,47% загальної дисперсії.

З'ясовано, що в Університеті Ушинського діють спеціальні положення, нормативні документи, які забезпечують якість вищої освіти здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти ОПП «Фізична культура і спорт». Проводиться періодичний моніторинг якості навчання та оцінювання і підвищення кваліфікації викладачів. Удосконалено структуру готовності майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах фітнес-центру. Подальшого розвитку набули положення щодо розробки і проектування змісту ОПП з підготовки майбутніх магістрів з фізичної культури і спорту до професійної діяльності.

**Перспективи подальших досліджень** вбачаються у розробці фітнес-технологій у підготовці спортсменів складнокоординаційних видів спорту.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють, що немає конфлікту інтересів, який може сприйматися як такий, що може завдати шкоди неупередженості статті.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

## Список посилань

1. Атамась О. А. (2012), «Структурні компоненти готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу», Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, №2, С. 38 - 42.
2. Джури́нський П. Б. (2013), «Реалізація експериментальної моделі з підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності», Наука і освіта, №2, С. 147–151.
3. Захаріна Є. А. (2015), «Технології оздоровчого фітнесу в підготовці майбутніх учителів фізичної культури», Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школі. Вип. 42, С. 123–128.
4. Теорія і методика фізичного виховання (2017): підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / Т. Ю. Круцевич та ін.; заг. ред. Т. Ю. Круцевич. 2 – ге вид. Київ : НУФВСУ, «Олімп. Л-ра», 2017. Т. 1. 384 с.
5. Чеховська Л. Я. (2019), «Теоретичний аналіз основних дефініцій оздоровчого фітнесу», Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Вип. 8. С. 64-71.
6. Твеліна А. О. (2014), «Соціально-педагогічні передумови використання засобів оздоровчого фітнесу в системі підготовки майбутніх вчителів фізичної культури», Вісник Чернігівського національного педагогічного університету Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт. Вип. 118 (2). С. 232-236.
7. ACSM's health-related physical fitness assessment manual (2008) / American college of sport medicine ; ed. G. B. Dwyer, S. E. Davis. 2nd ed. Philadelphia [etc.] : Wolters Kluwer ; Lippincott Williams & Wilkins, XIV. 192 p.
8. American College of Sports Medicine (1993), Position Stand Physical activity, physical fitness and hypertension. Med. Sci. Sports Exercise, Oct, 25.
9. Astrand P. O. (1960), «Program for calculation of aerobic capacity (physical fitness) from pulse rate during submaximal work», Appl. Physiol. Vol. 4. № 2. P. 218–221.
10. Darst P. W. (2009), Dynamic physical education for secondary school students. 6th ed. San Francisco [etc.] : Pearson Benjamin Cummings. XIV. 560 p.
11. Pahmeier Iris, Niederbeumer Corinna (1999), Step-aerobika. Fitness training fur schule, verein und studio. Aachen : Meyer und Meyer, 141 p.

Стаття надійшла до редакції: 07.08.2021 р.

Опубліковано: 31.08.2021 р.



**Аннотация. Пётр Джури́нский, Софья Воробье́ва, Елена Хомьякова. Проверка подготовки будущих магистров по физической культуре и спорту к деятельности в условиях фитнес-центра. Цель:** проверить эффективность подготовки будущих магистров по физической культуре и спорту к профессиональной деятельности в условиях фитнес-центра. **Материал и методы:** анкетирование, тестирование; статистические методы, факторный анализ. В исследовании приняли участие 34 соискателя второго (магистерского) уровня высшего образования 1-2 годов обучения образовательно-профессиональной программы (ОПП) «Физическая культура и спорт», специальности 017 «Физическая культура и спорт». С целью определения эффективности подготовки будущих магистров по физической культуре и спорту к профессиональной деятельности в условиях фитнес-центра было выполнено анкетирование соискателей второго (магистерского) уровня высшего образования; определены уровни сформированности готовности будущих магистров по физической культуре и спорту к профессиональной деятельности в условиях фитнес-центра. **Результаты:** после завершения формирующего этапа педагогического эксперимента показатели, характеризующие высокий уровень сформированности готовности к профессиональной деятельности в условиях фитнес-центра, увеличились у соискателей контрольной группы с 7,34% до 11,20%, у соискателей экспериментальной группы с 8,44% до 24,12%. Соответственно изменились данные, характеризующие достаточный уровень сформированности готовности к профессиональной деятельности - в контрольной группе с 44,47% до 52,55%, в экспериментальной - с 49,31% до 68,22%. Данные, характеризующие элементарный уровень сформированности готовности к профессиональной деятельности, уменьшились в контрольной группе с 48,19% до 36,25%, в экспериментальной - с 42,25% до 7,66%. По завершении педагогического эксперимента наиболее значимыми структурными компонентами готовности, были: мотивационный компонент; когнитивно-рефлексивный компонент личностно-деятельностный компонент. **Выводы:** проверена эффективность подготовки будущих магистров по физической культуре и спорту к профессиональной деятельности в условиях фитнес-центра; усовершенствована структура подготовки будущих магистров по физической культуре и спорту к профессиональной деятельности в условиях фитнес-центра; усовершенствованы положения по разработке и проектированию содержания ОПП «Физическая культура и спорт» по подготовке будущих магистров по физической культуре и спорту; определены критерии и уровни сформированности готовности будущих магистров по физической культуре и спорту к профессиональной деятельности в условиях фитнес-центра.

**Ключевые слова:** подготовка, соискатели, критерии, уровни, физическая культура и спорт, будущие магистры.

**Abstract. Petro Dzhurynsky, Sofiya Vorobyova, Olena Khomyakova. Verification of training of future masters of physical culture and sports for activities in the conditions of the fitness center. Purpose:** verification of the effectiveness of training future masters in physical culture and sports for professional activity in a fitness center. **Material and methods:** questioning, testing; pedagogical experiment; statistical methods, factor analysis. The study involved 34 applicants for the second (master's) level of higher education 1-2 years of study, educational and professional program (EPP) «Physical culture and sports», specialty 017 «Physical culture and sports». In order to determine the effectiveness of training future masters in physical culture and sports for professional activity in a fitness center, a survey was carried out of applicants for the second (master's) level of higher education; the levels of readiness formation of future masters in physical culture and sports for professional activity in a fitness center. **Results:** after the completion of the formative stage of the pedagogical experiment, the indicators characterizing a high level of readiness for professional activity in a fitness center increased among applicants in the control group from 7,34% to 11,20%, among applicants in the experimental group from 8,44% to 24,12%. Accordingly, the data characterizing a sufficient level of readiness for professional activity has changed - in the control group from 44,47% to 52,55%, in the experimental group from 49,31% to 68,22%. The data characterizing the elemental level of formation of readiness for professional activity decreased in the control group from 48,19% to 36,25%, in the experimental groups from 42,25% to 7,66%. At the end of the pedagogical experiment, the most significant structural components of readiness were the motivational component; cognitive-reflexive component; personality and activity component. **Conclusions:** the effectiveness of training future masters in physical culture and sports for professional activity in a fitness center has been determined and tested; the structure of training future masters in physical culture and sports for professional activity in a fitness center has been improved; the provisions for the development and design of the content of the physical culture and sports for the preparation of future masters of physical culture and sports have been improved; the criteria and levels of the readiness formation of future masters in physical culture and sports for professional activity in the conditions of a fitness center.

**Keywords:** training, applicants, criteria, levels, physical culture and sports, future masters.

## References

- Atamas, O. A. (2012), «Structural components of the readiness of future physical education teachers to implement health fitness technologies», *Fizichne vihovannya, sport i kultura zdorov'ya u suchasnomu suspilstvi*, № 2. pp. 38-42. (in Ukr.).
- Dzhurinskiy, P. B. (2013), «Implementation of an experimental model to prepare future physical education teachers for health activities», *Nauka i osvita*, № 2. pp. 147-151. (in Ukr.).
- Zaharina, E. A. (2015), «Technologies of health fitness in the training of future teachers of physical culture», *Pedagogika formuvannya tvorchoyi osobistosti u vischii y zagalnoosvitni shkoli*. Vip. 42. pp. 123-128. (in Ukr.).
- Teoriya i metodika fizichnogo vihovannya [Theory and methods of physical education] (2017): pidruch. dlya stud. visch. navch. zakl. fiz. vihovannya i sportu: u 2 t. / T.Yu. Krutsevich ta in.; zag. red. T.Yu. Krutsevich. 2 vid. Kiyiv : NUFVSU, Olimp. L-ra, T. 1. 384 p. (in Ukr.).
- Chehovska, L. Ya. (2019), «Theoretical analysis of the basic definitions of health fitness»: *Naukoviy chasopis Natsionalnogo pedagogichnogo universitetu imeni M. P. Dragomanova. Seriya 15 : Naukovo-pedagogichni problemi flzichnoyi kulturi (fizichna kultura i sport)*. Vip. 8. pp. 64-71. (in Ukr.).
- Tvelina, A. O. (2014), «Socio-pedagogical prerequisites for the use of fitness equipment in the system of training future teachers of physical culture», *Visnik Chernigivskogo natsionalnogo pedagogichnogo universitetu Ser.: Pedagogichni nauki. Fizichne vihovannya i sport*. Vip. 118 (2). pp. 232-236. (in Ukr.).
- ACSM's health-related physical fitness assessment manual (2008) / American college of sport medicine ; ed. G. B. Dwyer, S. E. Davis. 2nd ed. Philadelphia [etc.] : Wolters Kluwer ; Lippincott Williams & Wilkins, XIV. 192 p. (in Eng.).

7. American College of Sports Medicine (1993), Position Stand Physical activity, physical fitness and hypertension. Med. Sci. Sports Exercise, Oct, 25. (in Eng.).
8. Astrand, P. O. (1960), «Program for calculation of aerobic capacity (physical fitness) from pulse rate during submaximal work», Appl. Physiol. Vol. 4. № 2. P. 218–221. (in Eng.).
9. Darst, P. W. (2009), Dynamic physical education for secondary school students. 6th ed. San Francisco [etc.] : Pearson Benjamin Cummings. XIV. 560 p. (in Eng.).
10. Pahmeier, Iris, Niederbeumer, Corinna (1999), Step-aerobika. Fitness training fur schule, verein und studio. Aachen : Meyer und Meyer, 141 p. (in Eng.).

Received: 07.08.2021.

Published: 31.08.2021.

## Відомості про авторів / Information about the Authors

**Джуринський Петро Борисович:** д.пед.н., професор; Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту та реабілітації Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»: вул. Краснова, 11, А, кв. 24, м. Одеса, 65059, Україна.

**Джуринский Пётр Борисович:** д.пед.н., профессор; Учебно-научный институт физической культуры, спорта и реабилитации Государственного учреждения «Южноукраинский национальный педагогический университет имени К.Д. Ушинского»: ул. Краснова, 11, А, кв. 24, г. Одесса, 65059, Украина.

**Petro Dzhurynsky:** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor; Educational and Scientific Institute of Physical Culture, Sports and Rehabilitation of the State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushinsky»: street Krasnova, 11, A, apt. 24, Odessa, 65059, Ukraine.

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-3102-9124>

**E-mail:** [pbdzhurinsky777ukr.net](mailto:pbdzhurinsky777ukr.net)

**Воробйова Софія Володимирівна:** Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту та реабілітації Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»: вул. Фонтанська дорога, 4, м. Одеса, 65062, Україна.

**Воробьева Софья Владимировна:** Учебно-научный институт физической культуры, спорта и реабилитации Государственного учреждения «Южноукраинский национальный педагогический университет имени К.Д. Ушинского»: ул. Фонтанская дорога, 4, г. Одесса, 65062, Украина.

**Sofiya Vorobyova:** Educational and Scientific Institute of Physical Culture, Sports and Rehabilitation of the State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushinsky»: street Fontanskaya road, 4, Odessa, 65062, Ukraine.

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0001-8189-7427>

**E-mail:** [sofia.burd@ukr.net](mailto:sofia.burd@ukr.net)

**Хом'якова Олена Юріївна:** керівник клубу зі спортивних бальних танців МГО ТК «Dance life»: Ж/М Райдужний 15/1, м. Одеса, 65125, Україна.

**Хомякова Елена Юрьевна:** руководитель клуба спортивных бальных танцев МОО ТК «Dance life»: Ж/М Радужный 15/1, г. Одесса, 65125, Украина.

**Olena Khomyakova:** Head of the Sports Ballroom Dance Club ІНО ТК «Dance life»: Raiduzhny 15/1, Odessa, 65125, Ukraine.

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-0348-5798>

**E-mail:** [khomyakovalona@ukr.net](mailto:khomyakovalona@ukr.net)