

УДК 372.8:796+006 (Методика преподавания физической культуры. Стандарты. Стандартизация)

ФИТНЕС И ОБЩЕКУЛЬТУРНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ: К ВОПРОСУ О РОЛИ ГОСУДАРСТВЕННЫХ СТАНДАРТОВ И ПРОГРАММ

© 2017 С.А.Серпер, О.М.Буранок

*Серпер Сергей Александрович, кандидат экономических наук, докторант. E-mail: serpers@mail.ru
Буранок Олег Михайлович, доктор педагогических наук, доктор филологических наук, профессор кафедры русской,
зарубежной литературы и методики преподавания литературы. E-mail: olegburanok@yandex.ru*

Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия

Статья поступила в редакцию 31.07.2017

В статье рассматривается проблема формирования общекультурных компетенций у будущих специалистов по физической культуре, а также роль фитнеса в этом процессе. Современные исследования и в России, и за границей показывают, что роль фитнеса в современных физкультурно-оздоровительных технологиях постоянно возрастает. Кроме того, требования рыночной ситуации и быстрого развития фитнес-индустрии подталкивают высшую школу к модернизации в этой области. Готовить специалистов в области физкультурно-оздоровительных технологий без пристального изучения современного фитнеса – чрезвычайно сложно. Изучение теоретико-методологических основ процесса формирования общекультурных компетенций у выпускников профиля «Физическая культура и спорт» показывает, что в период 2000–2017 гг. появилось значительное число исследований, подтверждающих эффективность внедрения элементов гимнастики йогов в образовательный процесс. В статье проанализированы работы, рассматривающие общие процессы в формировании общекультурных компетенций, исходя из установок федеральных стандартов и программ. Представляется возможным обоснование педагогической модели использования элементов гимнастики йогов для формирования общекультурных компетенций. *Вывод:* Анализ программ государственных вузов и частных курсов показывает, что наиболее оптимальным и эффективным способом достижения задач, сформулированных в федеральных целевых программах по развитию физкультуры и спорта, является обучение в государственных вузах, способных предоставить выпускникам как теоретико-методологическую базу, так и материальную. Это позволит не только в полном объеме сформировать предписанные стандартом профессиональные компетенции, но и общекультурные, которые помогут выпускнику успешно реализовать себя на быстроизменяющемся рынке труда, в том числе и в фитнес-сфере.

Ключевые слова: фитнес, общекультурные компетенции, профессиональная подготовка специалистов физической культуры, государственные стандарты и программы по физической культуре.

Основополагающие требования федеральных государственных образовательных стандартов определяют для дисциплин профиля «Физическая культура и спорт» формирование целого ряда общекультурных компетенций. Программы российских вузов, базирующиеся на данном стандарте, как правило, заостряют внимание на формировании следующих общекультурных компетенций: способность выпускника организовывать проектную деятельность, определять типовые методы и способы решения профессиональных задач, давать оценку их результативности и качеству; способность выполнять профессиональные задачи как индивидуально, так и в коллективе, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. Однако в научной литературе не раскрыты способы и практи-

ческие рекомендации по решению данной задачи, что, в свою очередь, декларирует разработку содержания физического воспитания, которое обеспечит выполнение данных требований.

Изучение теоретико-методологических основ процесса формирования общекультурных компетенций у выпускников профиля «Физическая культура и спорт» показывает, что в период 2000–2017 гг. появилось значительное число исследований, подтверждающих эффективность внедрения элементов гимнастики йогов в образовательный процесс. Кроме того, мы привели и проанализировали работы, рассматривающие общие процессы в формировании общекультурных компетенций. Представляется возможным обоснование педагогической модели использо-

вания элементов гимнастики йогов для формирования общекультурных компетенций.

Но, прежде чем перейти к теоретической разработке и практическому внедрению такой модели, необходимо рассмотреть не менее важный вопрос: как в настоящее время фитнес-сфера (включая и гимнастику йогов) представлена в вузовских программах профиля «Физическая культура и спорт».

Общую характеристику принципов формирования стандартов и программ по физической культуре и спорту представил Е.В.Орехов, выделив несколько базовых положений, характерных для ФГОС и программ, созданных на его основе: 1) во-первых, устремление к наиболее эффективному синтезу фундаментальной подготовки на первом уровне со специализированной подготовкой – на втором уровне обучения в зависимости от предполагаемой направленности профессиональной деятельности, проявляется как результативный метод решения проблемы разрыва между требованиями рынка и требованиями вузовских программ по физкультуре и спорту; 2) во-вторых, осуществление обучения в сфере теории и методики выбранного вида спорта и других дисциплин на основе утверждения междисциплинарных связей и выполнения компетентностного подхода; 3) в-третьих, реализация принципов профильного обучения через вариативную часть циклов образовательных дисциплин; 4) в-четвёртых, использование зарубежного опыта для стимулирования регулярной учебной деятельности студентов [1, с. 51].

Как показывают современные исследования, большую потенциальную роль в эффективной политике здоровьесбережения нации может играть не только йога как одно из направлений нетрадиционных физкультурных практик, но и вся фитнес-сфера целиком. Педагогический фактор в развитии фитнеса имеет столь же значимую роль, что и материально-технический, теоретический, организационный и т.д. Важнейшая его особенность – это действие как на тренерский состав фитнес-сферы, так и на клиентов. В современных условиях необходим подход к фитнесу как инновационной практике в сфере спортивно-оздоровительной политики. Но, кроме того, фитнес – это и особое социально-педагогическое явление по формированию здорового образа жизни, и важный элемент формирования в обществе новых ценностей и приоритетов. Без учёта педагогического фактора развитие фитнеса и на федеральном, и на региональ-

ном уровнях крайне затруднено, даже практически невозможно.

Как показывает наш анализ теоретико-методологических аспектов этой проблемы, а также анализ государственных стандартов, педагогический аспект развития фитнеса не исчерпывается только вопросами менеджмента, т.е. организационными факторами, он существенно шире.

На наш взгляд, влияние педагогической составляющей на фитнес происходит в нескольких плоскостях, главная из которых – это подготовка будущих специалистов фитнес-сферы. Одной из самых сложных является кадровая проблема, особенно для российских регионов. В современных условиях очевидна важность распространения направленности профессионального образования в области физической культуры и спорта на сферу фитнеса. Однако в настоящей системе профессионального среднего и высшего образования далеко не всегда имеются курсы и программы, отвечающие за формирование компетенций будущих специалистов, способных работать в сфере фитнеса: «ряде ведущих коммерческих фитнес-структур на краткосрочных курсах стала проводиться подготовка инструкторов по наиболее популярным видам фитнеса. При этом очевидно, что полноценно подготовить специалистов за такой период времени практически невозможно, так как подобные специалисты в своей профессиональной деятельности должны, в первую очередь, опираться на совокупность современных научных, методических, практических знаний в области физической культуры и спорта, получить которые возможно только при базовой профессиональной подготовке в вузах физической культуры» [2, с. 3].

Но в то же время такие факторы, как современная социальная и экономическая действительность, быстрое развитие фитнес-сферы, постоянно растущая потребность в профессиональных кадрах в этой области, обусловили большую востребованность специалистов для оздоровительного фитнеса, то есть в настоящее время имеет место расширение социального заказа на высокопрофессиональных, конкурентоспособных специалистов для данного направления физкультурно-оздоровительной деятельности.

Это обстоятельство способствовало тому, что в некоторых ведущих коммерческих фитнес-структурах на краткосрочных курсах стала проводиться подготовка инструкторов по наиболее популярным видам фитнеса. При этом очевидно,

что полноценно подготовить специалистов за такой период времени практически невозможно, так как подобные специалисты в своей профессиональной деятельности должны, в первую очередь, опираться на совокупность современных научных, методических, практических знаний в области физической культуры и спорта, получить которые возможно только при базовой профессиональной подготовке в вузах физической культуры. Следовательно, необходимо для эффективного развития отрасли введение соответствующих курсов в систему высшего и среднего профессионального образования. Это невозможно без изучения теоретических и практических аспектов проблемы.

Теоретические вопросы, связанные с изучением педагогической составляющей фитнеса в России, сформировались как научная проблема сравнительно недавно и развиваются в плане высшей школы в двух плоскостях: 1) фитнес в высших учебных заведениях как средство формирования здорового образа жизни и повышения эффективности учебного процесса; 2) фитнес как новый элемент учебного процесса с присущим ему набором компетенций.

Диссертационные исследования, посвящённые различным аспектам развития фитнеса, появляются с 2009 г. и практически все затрагивают педагогическую сторону данной темы в рамках выделенных нами направлений. В большей части диссертаций рассматривается развитие фитнеса либо в условиях вуза (исследования Е.К.Гильфановой [3, с. 5], О.В.Трофимовой [4, с. 3], Т.В.Василистовой [5]), либо школы (работы Е.Г.Сайкиной [6, с. 4], Н.В.Егоровой [7, с. 3]). Такая специфика диссертационных исследований далеко не случайна и обусловлена, согласно выводам Д.И.Дегтярева и Е.В.Турчина, возрастной характеристикой потребителей фитнес-услуг (до 29 лет) [8, с. 91].

Таким образом, первая из двух выделенных нами областей развития фитнеса в высших учебных заведениях (фитнес как средство формирования здорового образа жизни и повышения эффективности учебного процесса) направлена на выполнение основополагающих принципов «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года». Однако, реализация данных принципов в полном объёме невозможна без второй области – подготовки специалистов фитнес-сферы.

Важнейший вопрос в методике исследования, касающийся педагогического аспекта фитнеса –

это процесс формирования специалистов фитнес-индустрии. Не вызывает сомнений, что как руководители фитнес-центров, так и клиенты чрезвычайно заинтересованы в высоком уровне профессиональных навыков тренерского состава. Проведённые среди фитнес-специалистов опросы (всего 322) за период 2014 – 2016 гг. показали, что руководителей фитнес-клубов с высшим физкультурным образованием – 53%; 26% руководителей имеют другое высшее образование, но прошли специальные курсы фитнес-подготовки в объёме от 16 до 32 часов; среди тренерского состава высшее физкультурное образование имеют 68%. Эти цифры свидетельствуют, что в фитнес-индустрии всё большую роль играет качество подготовки специалистов, а также возрастает потребность в специальном образовании. Однако, как показывают опросы представителей Сызранской и Самарской фитнес-сферы, диплом о высшем физкультурном образовании далеко не всегда гарантирует приемлемую работу в центре, поэтому работникам приходится проходить дополнительные курсы и осваивать специальные программы. Связано это со сравнительно недавним введением в программы подготовки будущих специалистов физкультуры и спорта дисциплин, связанных с фитнесом.

Анализ общероссийских тенденций, связанных с подготовкой специалистов для фитнес-индустрии, показывает, что далеко не всегда даже по профилю «Физическая культура» вузы выделяют часы на освоение компетенций, необходимых для работы в фитнес-сфере. Принципиальную роль в решении кадровой проблемы играет реализация в ходе учебного процесса вузов дополнительных образовательных программ по физкультуре, позволяющих сформировать у будущих специалистов необходимые профессиональные компетенции, которые позволят реализоваться им в современных условиях развития российской сферы фитнеса. И формирование данных профессиональных компетенций будущим специалистам по физической культуре и спорту необходимо вести в области контекстного обучения при учёте компетентностного подхода к образовательному процессу, а сделать это без увеличения часов, самостоятельной работы и практических занятий – крайне сложно [9, с. 10–12].

Это подтверждает исследование Д.И.Сурнина о формировании коммуникативной компетенции: изучение современных научных и методических работ, посвященных анализу подходов

при формировании компетенций специалистов физкультуры и спорта, дало возможность Д.И.Сурнину определить некоторые нерешённые проблемы:

Во-первых, в учебных планах многих российских вузов (по состоянию на 2013 год), невзирая на строгие и однозначные требования стандартов, нет дисциплин, «направленных на формирование коммуникативной компетентности» [10, с. 20]. От себя добавим, что эта же проблема характерна и для общекультурных компетенций: предписания ФГОС по их формированию далеко не всегда совпадают с программами конкретных учебных курсов вузов. Не говоря уже о том, что потенциал изучаемых дисциплин в этом плане, при подготовке специалистов по физкультуре и спорту, используется не в полную силу.

Во-вторых, исследование Д.И.Сурнина показало, что содержание образовательного процесса базируется на классно-урочной системе; в процессе освоения программы подготовки специалистов не используются возможности внутрипредметной интеграции. Применительно к общекультурным компетенциям такое упущение чрезвычайно опасно, т.к. само содержание ФГОС нацелено на непрерывное формирование целого ряда общекультурных компетенций, которые призваны улучшить не только личностные показатели выпускников, но и обеспечить им достойные возможности в конкурентной борьбе на быстроразвивающемся рынке оздоровительных, физкультурных и фитнес-услуг.

В-третьих, как отмечает Д.И.Сурнин, процесс подготовки специалистов физической культуры и спорта часто идет в отрыве от функций деятельности и практической реализации полученных компетенций в будущей работе. В плане общекультурных компетенций этот недостаток не позволяет более эффективно реализовать взаимосвязь потенциальных работодателей и выпускников, сделать будущих специалистов фитнес-сферы более гибкими к требованиям общества, государства и рынка. Как видно, проблемы и недостатки, обнаруженные при формировании коммуникативной компетенции, характерны и для общекультурных компетенций в целом.

Необходимым этапом для теоретико-методологического понимания роли общекультурных компетенций в современной педагогике является анализ существующих в России учебных программ. Причём, для такой дисциплины, как физическая культура, актуален анализ не только программ государственных высших учеб-

ных заведений, но и многочисленных курсов, предлагаемых частными компаниями.

В государственных вузах, реализующих направление подготовки «Физическая культура и спорт», используются следующие программы: рабочая программа «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» Российского государственного социального университета [11]; рабочая программа «Физическая культура» Казанского федерального университета [12]; рабочая программа «Физическая культура» Московского педагогического государственного университета [13]; рабочая программа «Адаптивная физическая культура» Национального университета им. Лесгафта [14]; программа повышения квалификации «Фитнес. Инструктор тренажёрного зала» Национального университета им. Лесгафта [15].

Во всех данных программах присутствует (в разной содержательной степени) фитнес как элемент образовательного процесса. Наша задача состоит в том, чтобы выявить в данных программах соотношение фитнеса и традиционных видов занятий; соотношение общекультурных компетенций ФГОС и каждой программы; роль фитнеса в формировании общекультурных компетенций.

Для рабочей программы «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» Российского государственного социального университета фитнес упоминается лишь однажды, как тема для самостоятельной работы студентов к практическому занятию на тему «Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности людей разного возраста» [11]. Авторы программы предлагают такой вариант ознакомления с фитнесом «Компьютерные фитнес-программы, их виды». Однако, такая узкая тематическая направленность не должна вызывать критики, т.к. ориентирована уже на подготовку аспирантов.

Ситуация с фитнесом в направлении подготовки «Физическая культура» уровня бакалавриата в РГСУ выглядит следующим образом. В документе «Аннотации к рабочим программам учебных дисциплин направления подготовки Физическая культура» термин «фитнес» не встречается, но есть аналогичные или близкие по содержанию учебные модули и дисциплины, обозначенные как «Физкультурно-оздоровительные технологии» [16].

Такая же ситуация с направлением подготовки бакалавров РГСУ «Физическая реабилитация и рекреация», образовательная программа «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Можно сделать вывод, что два основных на настоящее время направления подготовки бакалавров РГСУ, связанных с физической культурой, не акцентируют особого внимания на фитнесе или гимнастике йогов (хотя, в «Аннотации к рабочим программам учебных дисциплин направления подготовки Физическая культура» встречаются «нетрадиционные виды гимнастики, с которыми предстоит ознакомиться студентам).

Учитывая данное обстоятельство, необходимо проанализировать особенности формирования общекультурных компетенций в обозначенных программах. Проектный модуль по направленности «Физкультурно-оздоровительные технологии» по профилю подготовки «Физическая культура» имеет цель «изучить основные положения физкультурно-оздоровительных технологий в образовательном процессе, обеспечить набор базовых знаний и умений системного анализа и использования современных физкультурно-оздоровительных технологий» [16].

Как показывают современные исследования и в России, и за рубежом, роль фитнеса в современных физкультурно-оздоровительных технологиях постоянно возрастает [17, р. 347–363]. Кроме того, требования рыночной ситуации и быстрого развития фитнес-индустрии подталкивают высшую школу к модернизации в этой области. Готовить специалистов в области физкультурно-оздоровительных технологий без пристального изучения современного фитнеса чрезвычайно сложно.

Такой подход в проектном модуле по направленности «Физкультурно-оздоровительные технологии» к фитнесу и современным здоровьесберегающим педагогическим технологиям оказал воздействие и на процесс формирования общекультурных компетенций – в модуле предполагается формирование лишь профессиональных компетенций.

В этом плане, с учётом общероссийских тенденций, выгодно отличаются программы, методические пособия и рекомендации Самарского государственного социально-педагогического института [18]. При обучении бакалавров по профилю «Физическая культура» изучаются курсы «Аэробика» [19], где в качестве важнейшей цели обозначено «формирование систематизи-

рованных знаний и подготовка студента к профессиональной деятельности в области фитнес-аэробики». Видно, что специалисты из СГСПУ целенаправленно готовятся к возможной реализации своих профессиональных навыков в фитнес-индустрии, что не только является ответом на требования рынка и общества, но и соответствует положениям «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года». Но самое главное – курс аэробики для фитнеса составляет 144 академических часа: это в 4 раза больше, чем могут предложить программы подготовки в самих фитнес-центрах.

Другим несомненным плюсом для будущего развития Сызранской (и Самарской) фитнес-индустрии является наличие в СГСПУ программы «Танцевальное направление фитнеса», где главной целью обозначено «формирование систематизированных знаний в области музыкально-ритмического воспитания, хореографии и художественной гимнастики; формирование готовности к реализации методики обучения различным танцевальным видам физической культуры». Продолжительность курса – 36 часов.

Таким образом, в СГСПУ при обучении на профиле «Физическая культура» студенты получают 180 часов (теоретических и практических) по фитнес-курсам, что делает в будущем данных специалистов чрезвычайно востребованными в региональной фитнес-индустрии.

Теперь необходимо сравнить данные программы обучения с краткосрочными курсами, которые предлагают для фитнес-сферы в Самаре и Сызрани.

В период 2012 – 2016 гг. такие образовательные услуги оказывает в регионе значительное число государственных и частных организаций: по данным на весну 2016 г., в Сызрани три частных компании, предлагающих обучение фитнес-инструкторов; в Самаре пять компаний, каждая из которых имеет по несколько центров обучения. Однако, качество данных программ и услуг нуждается в непредвзятом анализе. Существует несколько вариантов краткосрочных курсов, которые сильно разнятся как по количеству часов, так и по своей структуре и содержанию. Анализ услуг и программ, предлагаемых в фитнес-сфере региона за период 2012 – 2016 гг., позволил выявить следующие тенденции.

Во-первых, программы семинаров и курсов переподготовки, реализуемые данными учреждениями и тренерами, характеризуются весьма

односторонней направленностью и заключаются, как правило, в освоении одного-двух направлений современного фитнеса. Если ограничиться только таким образованием, то совершенно очевидно, что вести качественные занятия в роли фитнес-тренера будет чрезвычайно сложно.

Во-вторых, почти все частные компании ориентируются на 4 – 6 дней занятий (общий объём часов от 6 до 36). И при этом будущему фитнес-инструктору надлежит ознакомиться со следующими дисциплинами: основы анатомии и физиологии, современные направления фитнеса, силовые упражнения и способы регулирования нагрузки, хореография, основы музыкальной грамоты, особенности детского фитнеса, правила техники безопасности. Как основную проблему данных программ и на федеральном, и на региональном уровнях специалисты отмечают очень малое количество часов, которое часто невозможно увеличить силами лишь частных представителей фитнес-сферы [20, с. 9].

В-третьих, очень малое число фитнес-центров при обучении инструкторов обращают внимание на педагогические дисциплины и психологию, а вести качественные занятия в сфере, например, детского фитнеса без таких знаний чрезвычайно трудно.

В-четвертых, содержание проанализированных частных программ показывает, что наиболее слабым их местом является теоретическая подготовка инструкторов, ибо главный упор делается на практической части.

Анализ примерных программ по фитнесу позволяет говорить о том, что, во-первых, сейчас существует огромное количество групповых программ (это и различные виды аэробики, групповые занятия на тренажерах «треккинг», «сайкл», «пилатес», фитнес-йога и многие другие), которые требуют детального изучения каждого отдельного направления. Во-вторых, все занятия проводятся с различным возрастным контингентом, и методика проведения занятий с каждой категорией занимающихся требует отдельного изучения. В-третьих, совершенно очевидно, что на курсы приходят слушатели с различным уровнем подготовленности и образования, следовательно, время освоения материала тоже должно быть различным. Очевидно, что решить обозначенные проблемы без серьёзного привлечения ресурсов высшей школы будет очень трудно.

Таким образом, анализ программ как государственных вузов, так и частных курсов показывает, что наиболее оптимально и эффективно задачи, сформулированные в федеральных целевых программах по развитию физкультуры и спорта, достигаются в государственных вузах, способных предоставить выпускникам как теоретико-методологическую базу, так и материальную. Это позволит не только в полном объёме сформировать предписанные стандартом профессиональные компетенции, но и общекультурные, которые помогут выпускнику успешно реализовать себя на быстроизменяющемся рынке труда, в том числе и в фитнес-сфере.

1. Орехов, Е.В. Модернизация высшего профессионального образования в отрасли физической культуры и спорта в современных социокультурных условиях: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. Калининград, 2012: <http://www.dissercat.com/.../modernizatsiya-vysshego-professionalnogo-obrazovaniya-v-otrasli-fizicheskoi-kultury-i-sporta>
2. Волков, К.Д. Формирование у будущих специалистов по физической культуре и спорту специальных профессиональных компетенций для работы в оздоровительном фитнесе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2009: <http://www.dissercat.com/.../formirovanie-u-budushchikh-spetsialistov-po-fizicheskoi-kulture-i-sportu-spetsialnykh-profes>
3. Гильфанова, Е.К. Оздоровительная фитнес-йога в физическом воспитании студентов специальных медицинских групп вузов: дис. ... канд. пед. наук. Улан-Удэ, 2011: <http://old.bsu.ru/content/news/3652/avtoreferat.doc>
4. Трофимова, О.В. Совершенствование физического воспитания студентов вузов на основе углублённого изучения фитнес-аэробики: дис. ... канд. пед. наук. Чебоксары, 2010: <http://www.dslib.net/.../sovershenstvovanie-fizicheskogo-vospitaniya-studentok-vuza-na-osnove-uglublennogo-izucheniya-fitness-aerobiki>
5. Василистова, Т.В. Проектирование фитнес-технологий в физическом воспитании студенток вуза, проживающих в условиях северных регионов: дис. ... канд. пед. наук. Тула, 2011: <http://www.dissercat.com/.../proektirovanie-fitness-tehnologii-v-fizicheskom-vospitanii-studentok-vuza-prozhivayushchikh>
6. Сайкина, Е.Г. Фитнес в системе дошкольного и школьного физкультурного образования: дис. ... д-ра пед. наук. СПб., 2009: <http://www.dslib.net/.../fitness-v-sisteme-doshkolnogo-i-shkolnogo-fizkulturnogo-obrazovaniya.html>
7. Егорова, Н.В. Фитнес для занятий младших школьников в системе дополнительного образования: дис. ... канд. пед. наук. Великие Луки, 2012: <http://www.dslib.net/.../fitness-dlja-zanjatij-mladshih-shkolnic-v-sisteme-dopolnitelnogo-obrazovaniya.htm>

8. Дегтярёва, Д.И., Турчина, Е.В. Современные фитнес-программы // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2015. № 3. С. 91–95.
9. Чесноков, А.В. Формирование профессиональных качеств педагога по физической культуре // Теория и практика физ. культуры. 2001. № 10. С. 18–21.
10. Сурнин, Д.И. Формирование коммуникативной компетентности будущих специалистов физической культуры и спорта в вузе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Махачкала, 2013: <http://www.dslib.net/.../formirovanie-kommunikativnoj-kompetentnosti-buduvih-specialistov-fizicheskoi.htm>
11. Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры: рабочая программа Российского государственного социального университета: http://rgsu.net/netcat_files/userfiles/83/oropfgos/44.06.01/Теория_и_методика_физического_воспитания,_спортивной_т_ренировки_и_АФК111/rpud/Теория_и_методика_физического_воспитания,_спортивной_тренировки,_оздоровительной_и_адаптивной_физической_культуры.pdf
12. Физическая культура: рабочая программа Казанского федерального университета: <http://kpfu.ru/portal/docs/F506543514/Fizra.pdf>
13. Физическая культура: рабочая программа Московского педагогического государственного университета: www.mspu.edu.ru/.../87.B4.B.1
14. Адаптивная физическая культура: рабочая программа Национального университета им. Лесгафта: http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/a3vo_afk_fot.pdf
15. Фитнес. Инструктор тренажёрного зала: программа повышения квалификации Национального университета им. Лесгафта: http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk_course/fitnes-instruktor-trenazhyornogo-zala
16. Аннотации к рабочим программам учебных дисциплин направления подготовки «Физическая культура» Российского государственного социального университета: http://rgsu.net/netcat_files/multiUpload/+Annotacii_RPUD_49.03.01.pdf
17. Ariew A., Lewontin, R.C. The Confusions of Fitness // The British Journal for the Philosophy of Science. 2004. Vol. 55, No. 2. P. 347–363.
18. Беленов, В.Н. Физическая культура: программа для учащихся средней общеобразовательной школы (1–11 классы). Самара: НТИЦ, 2005. 48 с.
19. Доманина, Н.А. Аэробика: учебно-методическое пособие. Самара, НТИЦ, 2012. 108 с.
20. Никитушкина, Н.Н. Задачи подготовки тренерских кадров для работы в спортивно-оздоровительных и фитнес-центрах Москвы // Теория и практика физ. культуры. 2004. № 6. С. 9–11.

FITNESS AND CULTURAL VALUES OF FUTURE SPECIALISTS IN PHYSICAL EDUCATION: THE ROLE OF THE NATIONAL EDUCATIONAL STANDARDS AND COURSE SYLLABI

©2017 S.A.Serper, O.M.Buranok

*Sergey A.Serper, candidate of economical sciences, doctoral candidate. E-mail: serpers@mail.ru
Oleg M. Buranok, doctor of pedagogical sciences, doctor of philological sciences, professor of the Chair of Russian, Foreign Literature and Literature Teaching Methodology
E-mail: olegburanok@yandex.ru*

Samara State University of Social Sciences and Education. Samara, Russia

In the article the problem of formation of common cultural competences in future Physical Education specialists and also the role of fitness in this process is considered. Recent Russian and overseas research papers have highlighted the constant growth of interest in fitness techniques as a way of maintaining one's wellbeing. Moreover, rapid development of both market relations and fitness industry has led to new requirements for higher education in this field. The authors claim that teaching future specialists in fitness and health should always follow modern trends in sport. The analysis of research papers for 2000-2017 as well as the study of theoretical and methodological foundation of developing cultural values in final-year students has shown the effectiveness of yoga classes within the academic curriculum. The article provides a detailed exam of papers on general policies of developing cultural values from the point of the National Educational Standards and various syllabi guidelines. The authors underline the possibility of using yoga techniques as a pedagogical model of teaching cultural norms and values. *Conclusion:* The authors give the analysis of educational syllabi taught in state universities with on-site facilities and equipment and private classes. It has demonstrated that due to a highly theoretical and methodological approach, the government-aided courses provide the most efficient and beneficial basis for meeting the requirements of the National Educational Standards of Physical Education and Sport. It means that graduat-

ing students will be competitive enough to demonstrate both professional skills and cultural values in any sphere of the labour market including fitness industry.

Key words: fitness, cultural values, professional development of specialists in Physical Education, the National Educational Standards of Physical Education and courses syllabi.

1. Orekhov, E.V. Modernizatsiya vysshego professional'nogo obrazovaniya v otrasli fizicheskoi kul'tury i sporta v sovremennykh sotsiokul'turnykh usloviyakh (Remodelling of Higher Education in the Field of Physical Education and Sport in Terms of Social and Cultural Environment): avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk. Kaliningrad, 2012: <http://www.dissercat.com/.../modernizatsiya-vysshego-professionalnogo-obrazovaniya-v-otrasli-fizicheskoi-kul'tury-i-sporta>
2. Volkov, K.D. Formirovanie u budushchikh spetsialistov po fizicheskoi kul'ture i sportu spetsial'nykh professional'nykh kompetentsii dlya raboty v ozdorovitel'nom fitnese: (Developing Professional Skills in Future Specialists in Physical Education and Sport for work in health related fitness) avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. M., 2009: <http://www.dissercat.com/.../formirovanie-u-budushchikh-spetsialistov-po-fizicheskoi-kul'ture-i-sportu-spetsialnykh-profes>
3. Gil'fanova, E.K. Ozdorovitel'naya fitness-ioga v fizicheskom vospitanii studentov spetsial'nykh meditsin-skikh grupp vuzov (Fitness-Yoga Techniques in Physical Education: Courses for Groups of Students Specializing in Medical Treatment): dis. ... kand. ped. nauk. Ulan-Ude, 2011: <http://old.bsu.ru/content/news/3652/avtoreferat.doc>
4. Trofimova, O.V. Sovershenstvovanie fizicheskogo vospitaniya studentov vuzov na osnove uglublennogo izu-cheniya fitness-aerobiki (Extensive Study of Aerobic Fitness as a Way of Studying Physical Education at a Higher Education Level): dis. ... kand. ped. nauk. Cheboksary, 2010: <http://www.dslib.net/.../sovershenstvovanie-fizicheskogo-vospitaniya-studentok-vuza-na-osnove-uglublennogo.html>
5. Vasilistova, T.V. Proektirovanie fitness-tehnologii v fizicheskom vospitanii studentok vuza, prozhi-vayushchikh v usloviyakh severnykh regionov (Project-Oriented Fitness Techniques in Terms of Physical Education for Female Students Living in the Northern Regions of the Country): dis. ... kand. ped. nauk. Tula, 2011: <http://www.dissercat.com/.../proektirovanie-fitness-tehnologii-v-fizicheskom-vospitanii-studentok-vuza-prozhivayushchikh>
6. Saikina, E.G. Fitness v sisteme doskol'nogo i shkol'nogo fizkul'turnogo obrazovaniya (Fitness as Part of Pre-School and School Physical Education Courses): dis. ... d-ra ped. nauk. SPb., 2009: <http://www.dslib.net/.../fitness-v-sisteme-doshkolnogo-i-shkolnogo-fizkulturnogo-obrazovaniya.html>
7. Egorova, N.V. Fitness dlya zanyatii mladshikh shkol'nits v sisteme dopolnitel'nogo obrazovaniya (Fitness Classes for Primary School Pupils in Terms of Extracurricular Education): dis. ... kand. ped. nauk. Velikie Luki, 2012: <http://www.dslib.net/.../fitness-dlja-zanjatij-mladshih-shkolnic-v-sisteme-dopolnitelnogo-obrazovaniya.htm>
8. Degtyareva, D.I., Turchina E.V. Sovremennye fitness-programmy (Modern Fitness Courses). *Fizicheskoe vospitanie i sportivnaya trenirovka*. 2015. № 3. S. 91–95.
9. Chesnokov, A.V. Formirovanie professional'nykh kachestv pedagoga po fizicheskoi kul'ture (Developing Professional Teaching Skills in Physical Education Teacher). *Teoriya i praktika fiz. kul'tury*. 2001. № 10. S. 18–21.
10. Surnin, D.I. Formirovanie kommunikativnoi kompetentnosti budushchikh spetsialistov fizicheskoi kul'tu-ry i sporta v vuze (Developing Communicative Skills in Future Specialists in the Field of Physical Education in Higher Educational Institution): avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. Makhachkala, 2013: <http://www.dslib.net/.../formirovanie-kommunikativnoj-kompetentnosti-buduvih-specialistov-fizicheskoi.htm>
11. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya, sportivnoi trenirovki, ozdorovitel'noi i adaptivnoi fizi-cheskoi kul'tury: rabochaya programma Rossiiskogo gosudarstvennogo sotsial'nogo universiteta (Theory and Methods of Teaching Physical Education, Athletic Training, Health Fitness and Rehabilitation: a Syllabus at Russian State Social University): http://rgsu.net/netcat_files/userfiles/83/opopfgos/44.06.01/Teoriya_i_metodika_fizicheskogo_vospitaniya_sportivnoi_trenirovki_i_AFK111/rpud/Teoriya_i_metodika_fizicheskogo_vospitaniya_sportivnoi_trenirovki_ozdorovitel'noi_i_adaptivnoi_fizicheskoi_kul'tury.pdf
12. Fizicheskaya kul'tura: rabochaya programma Kazanskogo federal'nogo universiteta (Physical Education: a Syllabus of Kazan Federal University): <http://kpfu.ru/portal/docs/F506543514/Fizra.pdf>
13. Fizicheskaya kul'tura: rabochaya programma Moskovskogo pedagogicheskogo gosudarstvennogo universiteta (Physical Education: a Syllabus of Moscow State Pedagogical University): www.mspu.edu.ru/.../87.B4.B.1
14. Adaptivnaya fizicheskaya kul'tura: rabochaya programma Natsional'nogo universiteta im. Lesgafta (Rehabilitation Fitness: a Syllabus of The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health): http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/a3vo_afk_fot.pdf
15. Fitness. Instruktor trenazhernogo zala: programma povysheniya kvalifikatsii Natsional'nogo universiteta im. Lesgafta (Fitness. Gym Instructor: a Syllabus of The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health): http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk_course/fitness-instruktor-trenazhyornogo-zala
16. Annotatsii k rabochim programmam uchebnykh distsiplin napravleniya podgotovki «Fizicheskaya kul'tura» Rossiiskogo gosudarstvennogo sotsial'nogo universiteta (Syllabi Abstracts of Physical Education Subjects: Russian State Social University): http://rgsu.net/netcat_files/multiUpload/+Annotacii_RPUD_49.03.01.pdf

17. Ariew A., Lewontin, R.C. The Confusions of Fitness. *The British Journal for the Philosophy of Science*. 2004. Vol. 55, No. 2. R. 347–363.
18. Belenov, V.N. Fizicheskaya kul'tura (Physical Education): programma dlya uchashchikhsya srednei obshcheobrazovatel'noi shkoly (1–11 klassy). Samara: NTC, 2005. 48 p.
19. Domanina, N.A. Aerobika (Aerobics): uchebno-metodicheskoe posobie. Samara: NTC, 2012. 108 p.
20. Nikitushkina, N.N. Zadachi podgotovki trenerskikh kadrov dlya raboty v sportivno-ozdorovitel'nykh i fitnes-tsentrakh Moskvy (Teaching Coaches for Moscow Fitness Centres: Aims and Objectives). *Teoriya i praktika fiz. kul'tury*. 2004. № 6. S. 9–11.