

Научная статья**УДК 796.011.1****DOI: 10.25683/VOLBI.2024.69.1124****Vera Valeryevna Borisova**

Candidate of Pedagogy,
Associate Professor of the Department of Theory
and Methods of Physical Culture,
Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University
Tula, Russian Federation
borisovav5@rambler.ru

Вера Валерьевна Борисова

канд. пед. наук,
доцент кафедры теории и методики физической культуры,
Тульский государственный педагогический университет
им. Л. Н. Толстого
Тула, Российская Федерация
borisovav5@rambler.ru

Irina Viktorovna Dutova

Candidate of Pedagogy,
Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports,
Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University
Tula, Russian Federation
dutovaiv1@mail.ru

Ирина Викторовна Дутова

канд. пед. наук,
доцент кафедры физического воспитания и спорта,
Тульский государственный университет
Тула, Российская Федерация
dutovaiv1@mail.ru

ПРОЕКТИРОВАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ИНСТРУКТОРА ТРЕНАЖЁРНОГО ЗАЛА

5.8.4 — Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

Аннотация. В настоящее время неуклонно растёт количество фитнес-центров, страна приобретает культ здоровья, что влечёт за собой постоянное появление рабочих вакансий по специальности «Инструктор тренажёрного зала». В условиях современной конкуренции у работников сферы физической культуры появляется необходимость совершенствовать свой опыт. Опираясь на федеральные государственные образовательные стандарты, профессиональные стандарты тренера, а также на данные ряда авторов, в т. ч. зарубежных, и собственный профессиональный опыт в должности инструкторов тренажёрного зала, мы сделали вывод, что существующие программы повышения квалификации не в полной мере решают профессиональные задачи, которые встают перед специалистом. В проведенном исследовании была теоретически обоснована и экспериментально проверена компетентностная модель проектирования и реализации программы повышения квалификации инструкторов тренажёрного зала, которая состояла из блочно-модульных программ обучения, обеспечивающих продуктивность их профессиональной деятельности. В исследовании приняли участие две группы слушателей — контрольная и экспериментальная (на базе фитнес-клубов «ВФорме» г. Тула и г. Новомосковск Тульской области) — по 15 чел. в каждой. Выявлялись уровни знаний теоретиче-

ского и практического курсов обучения, проводилось тестирование сформированности практических навыков, которое отражает уровень сформированности профессиональных компетенций. В результате проведённого эксперимента показатели тестирования уровня знаний теоретического и практического курса обучения, а также тестирования уровня сформированности практических навыков в экспериментальной группе оказались значительно выше по сравнению с контрольной ($p < 0,05$ практически по всем критериям). Авторами было установлено, что экспериментальная компетентностная модель проектирования и реализации программы повышения квалификации инструкторов тренажёрного зала показала результативность в практической деятельности тренеров, что даёт возможность внедрения её в образовательные учреждения для прохождения курсов повышения квалификации по специальностям «Инструктор тренажёрного зала» и «Персональный фитнес тренер», а также рассмотрению и утверждению профессиональных стандартов по данным направлениям подготовки.

Ключевые слова: компетентностная модель, проектирование, инструктор, тренажёрный зал, блочно-модульные программы, обучение, уровни освоения, учебный материал, эксперимент, практические навыки, сформированность знаний

Для цитирования: Борисова В. В., Дутова И. В. Проектирование и реализация программы повышения квалификации инструктора тренажёрного зала // Бизнес. Образование. Право. 2024. № 4(69). С. 334—338. DOI: 10.25683/VOLBI.2024.69.1124.

Original article

DESIGNING AND IMPLEMENTING A TRAINING PROGRAM FOR A GYM INSTRUCTOR

5.8.4 — Physical culture and professional physical training

Abstract. Currently, the number of fitness centers is steadily growing; the country is acquiring a cult of health, which entails the constant appearance of job vacancies in the specialty of a gym instructor. In the conditions of modern competition, workers in the field of physical culture have a need to improve their experience.

Based on the Federal State Educational Standards, the professional standards of the coach, as well as on the data of other authors, including foreign ones, and our own professional experience as gym instructors, we concluded that the existing professional development programs do not fully solve the professional tasks that

a specialist faces. In the conducted research, the competence model of designing and implementing a training program for gym instructors was theoretically substantiated and experimentally verified, which consisted of block-modular training programs ensuring the productivity of their professional activities. The study involved 2 groups of students, a control and an experimental groups (based on VForme Fitness Clubs in Tula and Novomoskovsk of the Tula region), 15 people each. The levels of knowledge of theoretical and practical training courses were revealed, and the formation of practical skills was tested, which reflects the level of formation of professional competences. As a result of the experiment, the indicators of testing the level of knowledge of the theoretical and practical course of study, as well as testing the level of formation of

practical skills in the experimental group turned out to be significantly higher compared with the control group ($p < 0.05$ for almost all criteria). The authors found that the experimental competence model of designing and implementing a training program for gym instructors has shown effectiveness in the practical activities of trainers, which makes it possible to introduce it into educational institutions for advanced training courses for gym instructors and personal fitness trainers, as well as to review and approve professional standards for these areas of training.

Keywords: *competence model, design, instructor, gym, block-modular programs, training, levels of development, educational material, experiment, practical skills, knowledge formation*

For citation: Borisova V. V., Dutova I. V. Designing and implementing a training program for a gym instructor. *Biznes. Obrazovanie. Pravo = Business. Education. Law.* 2024;4(69):334—338. DOI: 10.25683/VOLBI.2024.69.1124.

Введение

Актуальность. На сегодняшний день Россия переживает этап значительного экономического роста, который сопровождается усилением активности во всех областях общественной жизни. Это влечет за собой предъявление более высоких стандартов к квалификационному уровню работников. Конкурентная среда вынуждает специалистов регулярно улучшать свои навыки для соответствия текущим требованиям сектора трудоустройства. В работах Н. Н. Венгеровой, М. Ю. Беляковой, Е. В. Романенко, А. И. Орлова, В. Д. Прошлякова и др. отмечается, что одной из самых действенных методик совершенствования и приумножения компетентностей, от которых напрямую зависит качество работы в какой-то бы ни было сфере экономики, безусловно, считается обучающая платформа по повышению квалификации, освоение которой сформирует и упрочит экспертные навыки, актуальные для современной биржи трудовых ресурсов [1—5].

Изученность проблемы. Реалии нашего времени, по данным И. А. Зимней, В. В. Борисовой, Т. В. Левченковой, Г. В. Скорохватовой и др., требуют жесткой конкурентоспособности, поэтому педагоги-физкультурники – выпускники профильных вузов вынуждены ежедневно подтверждать свой статус профессионалов, а также на постоянной основе овладевать новыми технологиями в спортивной сфере, для чего и разрабатываются программы по совершенствованию мастерства [6—9]. Г. М. Бирюкова, А. В. Никитина, Э. М. Каримураева, R. G. Weaver и др. в своих исследованиях установили, что структура каждой такой программы должна включать в себя не только солидный арсенал готовых знаний, умений и навыков, но и компетентностную парадигму [10—13].

Скрупулезно изучив содержание ФГОС, трудовые функции, входящие в профессиональные стандарты тренера, предложенные Е. В. Шестаковой и С. Л. Сиваевой [14; 15], а также учитывая личную практику в качестве эксперта тренажерного зала, мы вынуждены признать: именно этой парадигмы — профессионального компетентностного подхода — лишены учебные курсы совершенствования мастерства инструктора по фитнесу, которые реализует обучающий персонал в учреждениях Ассоциации профессионалов фитнеса (г. Москва) и колледже Вейдера (г. Санкт-Петербург). Принцип, на котором базируются данные курсы, — автоматическая передача сбалансированной полезной информации, а также универсальных методов и технологий для работы в области физкультуры и спорта, практически без прикладной адресности.

Целесообразность разработки темы обусловлена разрешением сложившегося противоречия между насущной потребностью проходящих переквалификацию работников фитнес-сферы в приобретении компетенций, актуальных для их профессиональной деятельности, и дефицитом теоретических и практических разработок для внедрения компетентностной парадигмы в учебные курсы.

Указанное противоречие обусловило **предмет** нашего исследования — создание действенной концепции курса переподготовки тренера по фитнесу, основанному на экспертной парадигме, и претворение этой концепции в жизнь. Главной **задачей** данной работы мы считаем аргументацию предложенной концепции и оценку экспертной парадигмы, заложенной в ее основу.

В основу **гипотезы** исследования было положено предположение о том, что переквалификация работников по специальности «Инструктор тренажерного зала» пройдет с наибольшим коэффициентом полезного действия при принципиальном включении в процесс обучения следующих инноваций:

- аргументации преимуществ применения компетентностной парадигмы в учебных курсах переподготовки физкультурников;
- обновления и адаптации теоретического и практико-ориентированного учебного материала переподготовки физкультурников на платформу компетентностной парадигмы;
- проектирования и внедрения в алгоритм переподготовки специалистов по фитнесу всех важных элементов компетентностной парадигмы.

Научная новизна исследования: обоснованы возможности компетентностного подхода в системе повышения квалификации работников сферы фитнеса.

Практическая значимость исследования: разработана и внедрена программа повышения квалификации инструктора тренажерного зала, позволяющая подготовить компетентных специалистов для работы по данному направлению.

Основная часть

Методология. Для определения уровня знаний слушателей курсов повышения квалификации и степени сформированности их общекультурных и профессиональных компетенций нами было организовано тестирование. Оно включало в себя теоретическую и практическую части. Первая охватывала такие дисциплины, как общая анатомия, физиология,

медицина, основы питания. Для оценки знаний по данному материалу были составлены тестовые задания с несколькими вариантами ответов. Практическую часть тестирования мы посвятили собственно спортивной деятельности. Она должна была определить мастерство проведения нашей аудиторией самых разнообразных тренингов: дыхательного и на гибкость, с отягощениями для роста мускульной силы и сжигания жировых отложений посетителей зала, — оценить навыки распределения нагрузки, а также способность специалистов задавать каждому спортсмену оптимальный режим занятий и мониторить их самочувствие. Степень экспертности слушателей курса в практической части помогли выявить зачеты по темам, включенным в программу обучения. Также были подготовлены практикумы по заполнению бланков с практическими заданиями.

Дидактическая апробация началась в ноябре 2021 г. и завершилась в мае 2024 г., по продолжительности заняв 72 ч. Ее главной функцией стал сбор убедительных аргументов в пользу эксплуатации профессиональной парадигмы на курсах переподготовки тренеров по фитнесу. В апробации участвовали 30 добровольцев, традиционно разделившихся на два лагеря — опытную и стандартную группы — по 15 чел.

Эксперимент охватил два города: опытная группа базировалась в фитнес-клубе «ВФорме» г. Новомосковска Тульской области, стандартная рассредоточилась в одном из заведений в г. Туле. Курс переподготовки первой группы был построен по компетентностному принципу, вторая обучалась в соответствии с традиционной программой. Руководство процессом взяли на себя педагоги в области спорта с европейской лицензией *EHFA personal trainer (EQF 4)*. Деньги на эксперимент были выделены фитнес-клубом «ВФорме» под эгидой партнерства в обучении.

На основе анализа научно-методической литературы по проблеме исследования мы сформулировали и уточнили ряд понятий. Так, компетентностный (профессиональный) подход в переподготовке специалистов по фитнесу является фундаментальным звеном интегрированной учебной деятельности, его контент определяется индивидуалистическими характеристиками обучающегося, главным же приобретением объекта обучения становится выработанная социальная-профессиональная квалификация.

Термин «компетенция» означает инновационный ментальный опыт — «новообразование, способное к развитию в благоприятных условиях». Термин «компетентность» расшифровывается нами как свойство индивида, которое основано на багаже знаний, индивидуальных когнитивных и поведенческих установках, которые в совокупности обуславливают успех индивида в обществе и труде. Именно компетенции и компетентность превращают профессиональную парадигму в оптимальное средство обучения специалистов по фитнесу.

Мы выделили два блока компетенций, необходимых для успешной деятельности по повышению квалификации экспертов в сфере фитнеса — общие и специальные компетенции.

Результаты. В результате нашей научно-исследовательской работы компетентностная парадигма, входящая в алгоритм переподготовки специалистов по фитнесу, была научно обоснована и подтверждена опытным путем.

Алгоритм переподготовки включает в себя множество блоков, которые в свою очередь строятся из модулей. Каждый модуль — ступень в генерации компетенций — пред-

ставляет собой смысловую единицу учебной деятельности, которая идентифицирует какую-либо характеристику работника, показывающую уровень его мастерства.

Модули интегрируются между собой образно учебной траектории, по которой следует работник, и образуют блок — релятивно автономный, целостный компонент учебного курса.

Каждый уровень прохождения обучающего курса включает в себя следующие блоки:

- Теория.
- Практика.
- Контроль и диагностика, в т. ч. рефлексия.

В целях поиска убедительной аргументации в пользу компетентностного подхода в рамках курсов переподготовки специалистов тренажерных площадок мы собрали две команды — опытную, взявшую на вооружение компетентностную парадигму, и стандартную, обучавшуюся по традиционной программе. Кондиции участников обеих групп оценивались по 10-балльной системе по каждой учебной дисциплине.

Если судить по промежуточным итогам, можно сделать вывод о том, что до эксперимента слушатели обеих групп обладали примерно одинаковыми знаниями («Теория и методика оздоровительной тренировки», «Общая анатомия», «Менеджмент в работе фитнес-тренера», «Основы здорового питания», «Основы медицинских знаний»), оцененными в среднем на 5,84—7,32 балла (достоверных различий в уровне знаний по предложенным дисциплинам не выявлено ($p > 0,05$)). Это указывает на то, что изначально участники имели недостаточно глубокую осведомленность по темам, предложенным на курсах.

После проведения эксперимента в контрольной группе результаты практически не изменились, в то время как в экспериментальной группе из шести изучаемых дисциплин после завершения эксперимента по четырем предметам («Теория и методика оздоровительной тренировки», «Физиология», «Менеджмент в работе фитнес-тренера», «Основы медицинских знаний») наблюдались значимые различия ($p < 0,05$). Таким образом, использование в обучении компетентностной модели оказало положительное влияние, и студенты экспериментальной группы показали значительно лучшие результаты по сравнению с началом эксперимента. Правда, следует признать тот факт, что успехи по анатомии и правильному питанию оставались желать лучшего: убедительной разницы между знаниями по данным дисциплинам в начале и конце обучения обнаружено не было. Полагаем, что причиной этого негативного фактора стал элементарный дефицит времени, отведенного на освоение этих предметов — всего три-шесть часов в основной программе и 4 ч самостоятельной работы. Убеждены, что, увеличив количество учебных часов в будущем, мы получим желаемые результаты.

Исходя из итогов эксперимента можно сделать вывод об эффективном применении компетентностного подхода в организации занятий, что способствует лучшему восприятию и осмыслению нового материала. Данное обстоятельство подтверждает формирование компетенций общекультурных и профессиональных компетенций в готовности педагога к непрерывному повышению своей эффективности в профессиональной области; способности к обобщению, анализу, восприятию информации, постановки цели и выбору путей ее достижения; способности исследовать и диагностировать содержание тренировочной деятельности, закономерности психофизического состояния спортсменов.

Кроме того, авторами было проведено теоретическое тестирование уровня практических знаний студентов обеих групп.

До начала эксперимента существенных различий по уровню знаний по всем предлагаемым темам («Силовая тренировка для увеличения мышечной массы», «Силовая тренировка для снижения жировой массы», «Аэробная тренировка», «Тренировка гибкости», «Методы контроля нагрузок и состояния занимающихся», «Организация работы инструктора тренажерного зала») в практической части программы между группами выявлено не было ($p > 0,05$). Это подтверждает однородность выборки и чистоту эксперимента, а также указывает на недостаточный объем знаний у слушателей.

После завершения эксперимента во всех тематических разделах были обнаружены значимые различия ($p < 0,05$) в пользу экспериментальной группы по сравнению с контрольной. Мы считаем возможным объяснить это тем, что семинары, организованные с учетом компетентного подхода, акцентирующие внимание не только на «знании, что делать», но и на «умении, как делать», существенно повысили уровень знаний по практическим вопросам, который, в итоге, был оценен на 8,12—8,82 балла.

В процессе эксперимента авторами также оценивалась степень сформированности практических навыков, которые свидетельствуют о развитии профессиональных компетенций в готовности педагога к непрерывному повышению своей эффективности в профессиональной области; способности к обобщению, анализу, восприятию информации, постановки цели и выбору путей ее достижения способность исследовать и диагностировать содержание тренировочной деятельности, закономерности психофизического состояния спортсменов.

Изначально в обеих группах наблюдался примерно одинаковый уровень сформированности практических навыков ($p > 0,05$), что подтверждает чистоту эксперимента.

По окончании исследования практические навыки в экспериментальной группе заметно улучшились и были оценены на 8,12—8,8 балла. В контрольной группе эти показате-

тели почти не изменились. Это свидетельствует о целесообразности и актуальности применения компетентного подхода в подготовке инструкторов тренажерного зала.

Результаты проведенного эксперимента доказывают, что показатели тестирования уровня знаний теоретического и практического курса обучения, а также уровня сформированности практических навыков в экспериментальной группе значительно превосходят аналогичные показатели в контрольной группе.

На наш взгляд, после внесения необходимых корректив есть все основания для запуска этой инновации в рабочие курсы профильных организаций по переподготовке кадров, в частности для специальностей «инструктор тренажерного зала» и «персональный фитнес-тренер». Кроме того, это повод для анализа и утверждения профессиональных стандартов по этим направлениям подготовки.

Заключение

В ходе данной работы нами было доказано, что переквалификация работников по специальности «инструктор спортивного комплекса» проходит с наибольшим коэффициентом полезного действия при принципиальном включении в процесс обучения компетентной парадигмы.

Как свидетельствуют проверенные временем адепты клуба «ВФорме», претворение в жизнь курса повышения квалификации экспертов по фитнесу с акцентом на компетентностную составляющую сделало тренинги более качественными, наполнило их новым смыслом, привлекло под крышу клуба множество новых посетителей.

Итоги нашего научного опыта доказали высокий коэффициент полезного действия компетентной парадигмы. Целесообразно провести ее корректировку для дальнейшего продвижения в соответствующие организации для прохождения курсов повышения квалификации по специальностям «инструктор тренажерного зала» и «персональный фитнес-тренер». Вместе с тем, результаты эксперимента — весомый повод для рассмотрения и утверждения профессиональных стандартов по этим направлениям подготовки.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Венгерова Н. Н. Модельные характеристики «успешных» студентов высшей школы // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития : сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. СПб. : Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена, 2021. С. 177—182.
2. Белякова М. Ю. Анализ использования инноваций в фитнес-индустрии // Экономика и управление в спорте. 2022. Т. 2. № 4. С. 237—250. DOI: 10.18334/sport.2.4.119727.
3. Романенко Е. В. Особенность востребованных профессиональных компетенций тренеров-преподавателей // Молодой ученый. 2020. № 52(342). С. 433—435.
4. Орлов А. И., Шашкин Н. Г., Иванова А. Н. Характеристика физкультурной компетентности будущего специалиста с позиций системно-деятельностного подхода и средства ее формирования // Современные проблемы науки и образования. 2018. № 1. Ст. 12. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27369> (дата обращения: 04.08.2024).
5. Прошляков В. Д., Пономарёва Г. В., Котова Г. В., Левина Е. А. Формирование универсальных компетенций на занятиях по физическому воспитанию у студентов образовательных организаций высшего образования // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2024. Т. 3. Вып. 1. С. 79—83. DOI: 10.18500/2782-4594-2024-3-1-79-83.
6. Зимняя И. А. Ключевые компетентности как результативно-целевая основа компетентного подхода в образовании. Авторская версия. М. : Исслед. центр проблем качества подготовки специалистов, 2004. 24 с.
7. Борисова В. В. Теоретические основы компетентного подхода реализации программы повышения квалификации фитнес-инструктора // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2020. № 7. С. 18—24.
8. Левченкова Т. В. Структурно-содержательная модель повышения профессиональной компетентности специалистов в детском фитнесе : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. М., 2018. 47 с.
9. Скорохватова Г. В., Эйдельман Л. Н., Комиссарова Е. Н., Станкевич П. В. Компетентностный подход как основа формирования профессиональных компетенций по лыжной подготовке обучающихся // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2024. № 211. С. 79—87.

10. Бирюкова Г. М., Кутейников А. Н., Поляков Д. Ю. Факторы профессиональной успешности фитнес-инструктора // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2018. № 7(161). С. 300—304.
11. Никитина А. В., Водопьянова Н. Е. Особенности профессиональной деятельности как катализаторы синдрома выгорания фитнес-тренеров // Cifra. Психология. 2024. № 1(2). С. 13—17. DOI: 10.18454/PSY.2024.2.4.
12. Каримулаева Э. М., Аюбова Ш. И., Алиханова С. А. Компетентностный подход в современном школьном образовании // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2024. Т. 18. № 1. С. 51—56.
13. Initial Outcomes of a Participatory-Based, Competency-Building Approach to Increasing Physical Education Teachers' Physical Activity Promotion and Students' Physical Activity: A Pilot Study / R. G. Weaver, C. A. Webster, M. W. Beets et al. // *Health Education & Behavior*. 2018. Vol. 45. Iss. 3. Pp. 359—370. DOI: 10.1177/1090198117731600.
14. Шестакова Е. В. Формирование системы подготовки квалифицированного персонала сферы фитнес-индустрии на основе профессионального стандарта // Российское предпринимательство. 2017. Т. 18. № 16. С. 24—27. DOI: 10.18334/rp.18.16.38222.
15. Сиваева С. Л. Компетентностный подход в образовании // Молодой ученый. 2018. № 3(189). С. 208—210.

REFERENCES

1. Vengerova, N. N. Model characteristics of “successful” students of higher education. *Fizicheskaya kul'tura i sport v obrazovatel'nom prostranstve: innovatsii i perspektivy razvitiya = Physical culture and sport in the educational space: innovations and development prospects. Collection of materials of the all-Russian scientific and practical conference*. Saint Petersburg, Herzen University publ., 2021:177—182. (In Russ.)
2. Belyakova M.Yu. Innovation in the fitness industry. *Ekonomika i upravlenie v sporte = Economics and Management in Sports*. 2022;2(4):237—250. (In Russ.) DOI: 10.18334/sport.2.4.119727.
3. Romanenko E. V. Feature of demanded professional competencies of trainers-teachers. *Molodoi uchenyi = Young scientist*. 2020;52(342):433—435. (In Russ.)
4. Orlov A. I., Shashkin N. G., Ivanova A. N. Characteristics of the physical competence of future specialists with the positions of the systemic-activity approach and means of its formation. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya = Modern problems of science and education*. 2018;1:12. (In Russ.) URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27369> (accessed: 04.08.2024).
5. Proshlyakov V. D., Ponomareva G. V., Kotova G. V., Levina E. A. Formation of universal competencies in physical education classes for students of educational institutions of higher education. *Fizicheskoe vospitanie i studencheskii sport = Physical Education and University Sport*. 2024;3(1):79—83. (In Russ.) DOI: 10.18500/2782-4594-2024-3-1-79-83.
6. Zimnaya I. A. Key competences as the effective and target basis of the competence approach in education. The author's version. Moscow, Research Center for quality problems of specialists' training publ., 2004. 24 p. (In Russ.)
7. Borisova V. V. Theoretical foundations of the competence approach in the design and implementation of training programs for gym instructors. *Izvestiya Tul'skogo gosudarstvennogo universiteta. Fizicheskaya kul'tura. Sport = News of the Tula state university. Physical culture. Sport*. 2020;7:18—24. (In Russ.)
8. Levchenkova T. V. A structural and meaningful model for improving the professional competence of specialists in children's fitness. Abstract of diss. of the Doct. of Pedagogy. Moscow, 2018. 47 p. (In Russ.)
9. Skorokhvatova G. V., Eidelman L. N., Komissarova E. N., Stankevich P. V. Competence-based approach as the basis for the formation of students' professional competences in ski teaching. *Izvestiya Rossiiskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta imeni A. I. Gertsena = Izvestia: Herzen university journal of humanities & sciences*. 2024;211:79—87. (In Russ.) DOI: 10.33910/1992-6464-2024-211-79-87.
10. Biryukova G. M., Kuteynikov A. N., Polyakov D. Yu. Factors of professional success of a fitness instructor. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*. 2018;7(161):300—304. (In Russ.)
11. Nikitina A. V., Vodopyanova N. E. Specifics of professional activity as catalysts of fitness trainers' burnout syndrome. *Cifra. Psikhologiya = Cifra. Psychology*. 2024;1(2):13—17. (In Russ.) DOI: 10.18454/PSY.2024.2.4.
12. Karimulayeva E. M., Ayubova Sh. I., Alikhanova S. A. Competence-based Approach in Modern School Education. Dag-estan State Pedagogical University. *Izvestiya Dagestanskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Psikhologo-pedagogicheskie nauki = Journal. Psychological and Pedagogical Sciences*. 2024;18(1):51—56. (In Russ.)
13. Weaver R. G., Webster C. A., Beets M. W. et al. Initial Outcomes of a Participatory-Based, Competency-Building Approach to Increasing Physical Education Teachers' Physical Activity Promotion and Students' Physical Activity: A Pilot Study. *Health Education & Behavior*. 2018;45(3):359—370. DOI: 10.1177/1090198117731600.
14. Shestakova E. V. Design of a system for qualified staff training in fitness industry on the basis of a professional standard. *Rossiiskoe predprinimatel'stvo = Russian Journal of Entrepreneurship*. 2017;18(16):24—27. (In Russ.) DOI: 10.18334/rp.18.16.38222.
15. Sivaeva S. L. Competence approach in education. *Molodoi uchenyi = Young scientist*. 2018;3(189):208—210. (In Russ.)

Статья поступила в редакцию 10.09.2024; одобрена после рецензирования 03.10.2024; принята к публикации 07.10.2024.
The article was submitted 10.09.2024; approved after reviewing 03.10.2024; accepted for publication 07.10.2024.