

УДК 37.037.1

Структура и содержание педагогической компетентности специалистов в области детского фитнеса

Левченкова Татьяна Викторовна

Кандидат педагогических наук, доцент,
профессор кафедры педагогики,
Российский государственный университет
физической культуры, спорта, молодежи и туризма,
105122, Российская Федерация, Москва, Сиреневый бульвар, 4;
e-mail: tatlev811@mail.ru

Аннотация

Детский фитнес сформировался как новое направление в сфере фитнеса и его целью является оказание физкультурно-оздоровительных услуг для детей от 1 года до 16 лет. Профессиональная деятельность специалиста в детском фитнесе имеет специфические особенности, связанные с работой с разновозрастными группами и использованием всего арсенала средств и методов физической культуры и спорта для поддержания интереса к систематическим занятиям у детей. Целью исследования стало изучение особенностей профессиональной деятельности специалистов в детском фитнесе, определение структуры и содержание их педагогической компетентности. Выявлено, что для успешной педагогической деятельности специалисты должны обладать высоким уровнем развития организаторских, коммуникативных способностей, а также педагогическим воображением. Результаты исследования отражают профессиональные компетенции инструкторов по детскому фитнесу в зависимости от педагогического стажа. Полученные результаты могут использоваться при реализации программ повышения квалификации и при разработке профессиональных стандартов.

Для цитирования в научных исследованиях

Левченкова Т.В. Структура и содержание педагогической компетентности специалистов в детском фитнесе структура и содержание педагогической компетентности специалистов в области детского фитнеса // Педагогический журнал. 2017. Том 7. № 3А. С. 231-241.

Ключевые слова

Детский фитнес, профессиональная деятельность, педагогическая компетентность, педагогические способности, инструктор по детскому фитнесу.

Введение

В настоящее время в отрасли физическая культура и спорт интенсивно развивается новая сфера – фитнес. Фитнес – это инновационная система оказания физкультурно-оздоровительных услуг населению. Ее главными задачами являются укрепление здоровья, физической и интеллектуальной работоспособности занимающихся, коррекция фигуры и получение положительных эмоций от занятий. В основе фитнес тренировок лежат средства и методы физической культуры, то есть фитнес-тренировка строится на основе рациональных физических упражнений преимущественно силовой и аэробной направленности. Занятия оздоровительным фитнесом не предполагают обязательной соревновательной деятельности, в качестве результата оцениваются личные достижения представителей различных возрастных и гендерных групп. Фитнес тренировки пользуются популярностью среди населения особенно молодого и зрелого возраста.

В середине 90-х годов прошлого столетия в Российской Федерации начал складываться особый раздел работы «Детский фитнес». Это новое направление в сфере фитнеса, целью которого является оказание физкультурно-оздоровительных, развивающих, коррекционных и спортивных услуг для детей от 1 года до 16 лет. Адаптированные программы физического воспитания для детей и подростков, которые успешно использовались в спортивных и общеобразовательных школах, явились основой построения детских фитнес-программ, а применение современного детского оборудования и инвентаря для фитнеса позволило обогатить содержание занятий [Левченкова, 2016]. Особый статус развития детского фитнеса в России подтвержден в принятом в 2016 году ГОСТе 57138 – «Фитнес услуги для детей и подростков».

Интенсивно развивающаяся сфера фитнеса остро нуждается в квалифицированных кадрах, способных проводить физкультурно-оздоровительную работу с населением в новом формате, учитывая интересы и потребности личности, их мотивацию, отсутствие соревнований, постоянно осваивая инновационные технологии, которые становятся приоритетными для занимающихся [Никитушкина, 2004; Сайкина, Смирнов, 2015].

Особенно в «детском фитнесе», как относительно самостоятельном виде тренинга, требующем знаний особенностей работы с детьми от 1 года до 16 лет, вопросам подготовки кадров, повышения их профессиональной компетентности следует уделять усиленное внимание [Ким, 2011; Левченкова, 2013; Сайкина, 2009], т. к. утвержденные профессиональные стандарты отрасли физической культуры и спорта не отражают деятельность специалистов в детском фитнесе. Таким образом, считаем необходимым изучить особенности профессио-

нальной деятельности специалистов в детском фитнесе, определить структуру и содержание их педагогической компетентности.

Педагогическая компетентность инструктора по детскому фитнесу: структура и содержание

Для определения структуры и содержания педагогической компетентности необходимо остановиться на том, что отличает профессиональную деятельность специалиста в детском фитнесе от работы тренера по виду спорта или преподавателя физического воспитания в образовательном учреждении [Климов, 2010; Михайлова, 2015; Неверкович, Аронова, Баймурзин, 2014].

В таблице 1 представлены общие и специфические особенности работы педагогов. Сравнение и обобщение сделано на основе анализа литературных источников, педагогических наблюдений за деятельностью учителей физической культуры, детских тренеров по видам спорта, специалистов в области детского фитнеса [Карпушин, 2010; Криличевский, 2012; Неверкович, Аронова, Баймурзин, 2014; Сайкина, 2009; Удалова, 2011].

Таблица 1. Общее, специальное и специфическое в работе специалистов с детьми

Характеристика	Детский тренер по виду спорта	Педагог в системе общего образования	Специалист в детском фитнесе
Общее	1. Работа с детьми разного возраста. 2. Использование средств физической культуры и спорта. 3. Нацеленность на сохранение и укрепление здоровья, гармоничное развитие личности.		
Специальное	Конкретный вид спорта. Посещение занятий по желанию. Нацеленность на результат в соревнованиях.	Виды двигательной деятельности, входящие в программу. Обязательное посещение занятий.	Современные оздоровительные технологии, особенности использования видов спорта в оздоровительной работе. Посещение занятий по желанию.
Специфическое	Конкретная группа юных спортсменов.	Сформированные классы.	Разновозрастные группы на одном занятии.

Представленные в таблице результаты показывают, что при общей целевой установке на сохранение и укрепление здоровья детей, специалистов в детском фитнесе отличает работа с разновозрастными группами в рамках одного занятия, необязательность посещения занятий для детей и использования всего многообразия средств физической культуры и спорта для поддержания интереса к регулярным фитнес тренировкам (см. табл. 1).

Для выявления особенностей профессиональной деятельности специалистов по детскому фитнесу в клубах нами был проведен опрос детских инструкторов в количестве 470 человек.

В основном опрошенные специалисты работают в должности инструктора (52%), или совмещают различные виды работ (27%) в сфере детского фитнеса.

Работа детского инструктора связана с постоянным поиском нового содержания программ занятий. На это указывали данные анализа содержания программ занятий и распи-

сания занятий по детскому фитнесу в клубах. Инструкторы пояснили, что чаще всего они используют собственные разработки программ занятий (83%), и редко традиционные, описанные в литературе (3%), или разработанные другими инструкторами (14%).

Деятельность инструкторов по детскому фитнесу связана с проведением занятий с детьми разного возраста и, соответственно, по разным программам. Непостоянный состав группы и присутствие детей разного возраста (например, на одном занятии могут присутствовать дети от 3 до 6 лет, или от 5 до 9 лет) вынуждает специалистов изменять первоначальный замысел занятия в 90% случаев.

Причины, по которым инструктор вносит коррективы в ход проведения занятия, связаны с особенностями работы с разновозрастными группами (32%) и поведением детей на занятиях (36%). Это объясняется особенностями работы с детьми в фитнес клубах, где ребенок вне зависимости от возраста и подготовленности может посетить практически любой урок в расписании, если не оговорены особые условия. Кроме того, на занятиях в фитнес клубах отсутствуют жесткие дисциплинарные требования, и инструктор не может удалить ребенка с занятия. Такая особенность педагогической деятельности предьявляет повышенные требования к организаторским и коммуникативным способностям педагогов, проводящих занятия с детьми в фитнес клубах.

Специфика работы специалиста по детскому фитнесу заключается в том, что ему приходится выступать в нескольких ролях: в качестве автора программ, которые должны быть интересны детям разного возраста; тренера, проводящего занятия с детьми с использованием средств физической культуры и спорта; аниматора, который работает в детской игровой комнате и умеет организовать досуг детей разного возраста, принимает участие в проведении праздников и фестивалей.

Кроме того, специалист по детскому фитнесу, работающий в фитнес клубе, должен уметь: проводить разнообразные по содержанию занятия; работать с различными возрастными группами; уметь организовывать тренировки с детьми разного возраста в рамках одного урока; корректировать содержание занятия в зависимости от возрастного состава и количества учеников, их поведения; заменять коллег на занятиях во время их отсутствия.

Содержание профессиональной деятельности специалиста по детскому фитнесу имеет специфические особенности и отличается от деятельности педагогов, работающих в системе общего и дополнительного образования, спортивных школах и секциях [Михайлова, 2015; Платонова, 2014].

Для определения структуры педагогической компетентности специалистов по детскому фитнесу необходимо выявить значимость профессиональных и личностных качеств для успешной профессиональной деятельности.

Для анализа мы предложили экспертам проранжировать обобщенные педагогические способности, к которым мы отнесли: организаторские и коммуникативные, перцептивные, речевые, дидактические, авторитарные и академические способности, педагогическое во-

ображение, способность к распределению внимания между объектами, способность следовать целям и задачам тренировки.

Наиболее значимыми эксперты считают организаторские (Ранг 1), коммуникативные (Ранг 2) способности и педагогическое воображение (Ранг 3).

Для исследования уровня развития организаторских способностей у инструкторов по детскому фитнесу мы провели опрос по «Методике изучения степени развития организаторских способностей у инструкторов по детскому фитнесу» [Карпушин, 2010, 275].

Таблица 2. Уровень развития организаторских способностей у инструкторов по детскому фитнесу (n=154)

Стаж работы	Уровни развития организаторских способностей				
	низкий	ниже среднего	средний	высокий	очень высокий
1-3 года (n=38)	0%	9,7%	42,1%	24,0%	24,2%
3-5 лет (n=72)	0%	4,6%	20,4%	36,9%	38,1%
свыше 5 лет (n=44)	0%	4,3%	14,2%	42,1%	39,4%

Полученные результаты позволяют сделать заключение, что инструкторы по детскому фитнесу с опытом работы свыше 3 лет имеют высокий или очень высокий уровень развития организаторских способностей. При этом низкий уровень нехарактерен для всех категорий инструкторов, а ниже среднего (9,7%) отмечается у тех, кто сравнительно недавно, от 1 года до 3 лет, работает с детьми и подростками.

По-видимому, лица с низким уровнем организаторских способностей не принимаются за работу с детьми в фитнес клубах или быстро меняют сферу своих профессиональных интересов.

На второе место в ранге успешности профессиональной деятельности инструкторов по детскому фитнесу эксперты поставили коммуникативные способности. В связи с этим, мы пределили, каким уровнем развития коммуникативных способностей обладают инструкторы, проводящие занятия с детьми и подростками в фитнес клубах (см. табл. 3).

Таблица 3. Уровень развития коммуникативных способностей у инструкторов по детскому фитнесу (n=154)

Стаж работы	Уровни развития коммуникативных способностей				
	низкий	ниже среднего	средний	высокий	очень высокий
1-3 года (n=38)	0%	11,3%	49,1%	23,8%	15,8%
3-5 лет (n=72)	0%	9,7%	45,9%	28,4%	16,0%
свыше 5 лет (n=44)	0%	3,3%	31,2%	39,4%	26,1%

Полученные результаты по оценке уровня развития коммуникативных способностей показали, что высоким и очень высоким уровнем развития коммуникативных способностей обладают инструкторы, которые имеют опыт работы в сфере детского фитнеса свыше 5 лет, соответственно 39,4% и 26,1% опрошенных. Кроме того, можно отметить тенденцию повышения уровня развития коммуникативных способностей по мере роста опыта работы с детьми и подростками. Так, если высокий уровень развития коммуника-

тивных способностей при стаже работы от 1 года до 3 лет отмечается в 23,8% случаев, то в следующей более опытной по стажу группе 28,4% инструкторов показывают высокий уровень развития коммуникативных способностей. Полученные данные также перекликаются с мнением экспертов о том, что коммуникативные способности имеют высокий уровень значимости для успешной профессиональной деятельности в детском фитнесе.

Для повышения профессиональной педагогической компетентности инструктора по детскому фитнесу необходимо исследовать уровень творческого потенциала у данной категории работников.

Для определения творческого потенциала инструкторов по детскому фитнесу мы использовали методику, рекомендуемую в педагогике физической культуры и спорта, описанную И.Ф. Исаевым [Карпушин, 2010, 286].

В исследовании приняли участие 92 инструктора по детскому фитнесу, имеющие опыт работы в данной сфере не менее 3 лет. Результаты показали, что специалисты в детском фитнесе в 68% имеют средний уровень творческого потенциала.

Для выявления уровня профессионального педагогического мастерства мы разработали лист наблюдений на основе «Методики выявления уровня педагогического мастерства учителей». Для того чтобы оценить уровень педагогического мастерства детских инструктором, вопросник был модифицирован с точки зрения учета особенностей педагогической деятельности в детском фитнесе. Оценивание проводилось по 6 блокам: создание условий для эффективного проведения занятий, профессиональная компетентность, техника речи, особенности педагогической коммуникации, создание продуктивной атмосферы на занятии, создание положительного эмоционального фона занятий.

Всего в ходе исследования проведено 154 наблюдения за инструкторами, работающими с детьми в фитнес клубах. Для проведения анализа уровня педагогического мастерства мы разделили инструкторов на группы в зависимости от стажа работы в фитнес клубе. Первую группу составили инструкторы имеющие опыт работы от 1 года до 3 лет ($n=38$), вторая группа – стаж работы от 3 до 5 лет ($n=72$) и третья группа – инструкторы, имеющие опыт работы с детьми в фитнес клубах более 5 лет ($n=44$). Результаты определения уровня педагогического мастерства представлены в таблице 4. Нас интересовало процентное соотношение уровней педагогического мастерства в зависимости от стажа работы с детьми и подростками. Определение процентного соотношения разного уровня дает возможность проанализировать общий уровень профессионального мастерства инструкторов, а также определить, есть ли зависимость уровня педагогического мастерства от стажа работы и как она изменяется. Исследования, которые проводились в учреждениях общего и дополнительного образования, констатируют факт того, что по мере роста опыта работы повышается и уровень профессионального мастерства [Быстрицкая, 2015; Зимняя, 2008; Неверкович, Аронова, Баймурзин, 2014; Криличевский, 2012]. Для нас важным

было выяснить, сохраняется ли эта тенденция в профессиональной деятельности детских инструкторов.

Таблица 4. Уровень педагогического мастерства инструкторов по детскому фитнесу (n=154)

Стаж работы	Уровни педагогического мастерства				
	Низкий	Ниже среднего	Средний	Высокий	Очень высокий
1-3 года (n=38)	10,2%	19,6%	39,6%	18,9%	12,2%
3-5 лет (n=72)	3,8%	9,4%	36,1%	25,8%	24,9%
свыше 5 лет (n=44)	1,5%	7,9%	28,6%	25,7%	36,3%

Представленные результаты показывают, что в основном инструкторы в клубах, работающие с детьми, имеют средний и высокий уровень педагогического мастерства. При этом совершенно оправданно, что специалисты, которые работают больше 5 лет, в 36,3% случаев имеют очень высокий уровень педагогического мастерства. По мере повышения стажа работы снижается процент низкого уровня мастерства с 10,2% до 1,5%. Интересным является факт, что уже при небольшом опыте работы от 1 года до 3 лет 39,6% инструкторов имеют уровень педагогического мастерства не ниже среднего.

Мы связываем это обстоятельство с тем, что большинство детских инструкторов относятся к возрастной категории до 30 лет. Кроме того, чтобы проводить фитнес занятия с детьми необходимо желание и понимание системы работы в детском фитнесе, а так же способность достаточно быстро адаптироваться к работе в сложных педагогических условиях.

В целом можно заключить, что уровень профессионального мастерства специалистов в области детского фитнеса находится на достаточно высоком уровне. При этом занятия с детьми проводятся на среднем и выше методическом и организационном уровне.

Заключение

Изучение структуры и содержания профессиональной компетентности показали, что специалисты в области детского фитнеса должны обладать высоким уровнем организаторских и коммуникативных способностей, а также проявлять личностные качества, связанные с любовью к детям. Кроме того, по мнению инструкторов в ходе профессиональной деятельности формируется важное качество сочетания требовательности и уважения к занимающимся.

Результаты опроса показали, что инструкторы по детскому фитнесу обладают достаточно высоким уровнем развития творческих способностей. Это обстоятельство позволяет им проводить интересные и содержательные сюжетные занятия с детьми.

Знание структуры и содержания профессиональной деятельности специалистов детского фитнеса, их педагогической компетентности позволит разработать программы повышения квалификации и профессиональные стандарты.

Библиография

1. Быстрицкая Е.В., Ариффулина Р.У., Аксенов С.И. Значение кейс-технологии для формирования профессиональных компетенций педагога по физической культуре // Теория и практика физ. культуры. 2015. № 9. С. 39-41.
2. ГОСТ Р 57138-2016 Фитнес-услуги для детей и подростков. Общие требования: утвержден и введен Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 11 октября 2016 г. № 1357-ст. // Национальные стандарты. 2017. № 1. URL: <http://protect.gost.ru/default.aspx?control=6&month=1&year=2017&search=&showall=1&page=1>
3. Зимняя И.А. Педагогическая психология. М.: Логос, 2008. 383 с.
4. Карпушин Б.А. Педагогика физической культуры и спорта. СПб.: Олимп-СПб, 2010. 295 с.
5. Ким Т.К. Оценка готовности специалистов сферы «физическая культура и спорт» к эффективному взаимодействию с семьей учащихся // Спортивный психолог. 2011. № 2 (23). С. 86-91.
6. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М.: Academia, 2010. 302 с.
7. Криличевский В.И., Семенов А.Г., Бекасова С.Н. Педагогика физической культуры. М.: КНОРУС, 2012. 320 с.
8. Левченкова Т.В. Социально-педагогические основы подготовки кадров в фитнес-индустрии // Наука и образования. 2013. № 3 (71). С. 78 – 82
9. Левченкова Т.В. Социально-педагогические условия становления детского фитнеса в России // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. № 2. С. 16-19.
10. Михайлова Т.В. Интегральные условия профессионально-педагогической компетентности студентов Института спорта // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 5. С. 8.
11. Неверкович С.Д., Аронова Т.В., Баймурзин А.В. Педагогика физической культуры. М.: Academia, 2014. 362 с.
12. 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.
13. Платонова Р.И. Специфика формирования конкурентоспособного специалиста спортивно-педагогического профиля: опыт регионального вуза РС // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2009. № 12 (58). С. 85-90.
14. Сайкина Е.Г. Фитнес в системе дошкольного и школьного физкультурного образования: автореф. дис. ...док. пед. Наук. СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2009. 46 с.

15. Сайкина Е.Г., Смирнов Ю.В. Актуализация профессиональной подготовки специалистов по фитнесу в высших учебных заведениях в условиях новых образовательных стандартов // *Современные проблемы науки и образования*. 2015. № 3. С. 301.
16. Удалова Т.А. Ретроспективный анализ результатов всероссийского конкурса профессионального мастерства педагогов-новаторов «Урок физкультуры 21 века» // *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. 2011. № 6. С. 24-27.

The structure and content of educational competence among kids' fitness professionals

Tat'yana V. Levchenkova

PhD in Pedagogical Sciences,
Associate Professor at the Department of Pedagogy,
Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism,
105122, 4 Sirenevyyi blvd., Moscow, Russian Federation;
e-mail: tatlev811@mail.ru

Abstract

Fitness for Children has emerged as a new area in the Fitness industry. It is aimed at providing health and fitness services for children between 1 and 6 years old. The professional activity of a Kids' Fitness specialist has certain unique features: it involves working with children of different ages within the same group, and using all available Physical Culture and Sports' methods and techniques to keep the children interested in systematic classes. Our goal was to study the aforementioned features, and to identify the structure and content of the Kids' Fitness Professionals' educational competence. The research has indicated that in order to succeed professionally, specialists need to have a high level of planning and communication skills, and to demonstrate imaginative thinking. The results have shown that Kids' Fitness instructors with over 3 years of work experience have high or very high level of planning skills. The high and very high levels of communication skills have been identified among instructors with over 5 years' of experience in this field. That amounted to 39.4% and 26.1% of those surveyed. We've noted a trend where an instructor's communication skills would grow with more experience acquired in working with children and teenagers. In 36.6% of cases, professionals working in the field of Fitness for Children for over 5 years have a very high level of teaching mastery. The research data can be used to develop further education programmes and professional standards.

For citation

Levchenkova T.V. (2017) Struktura i sodержanie pedagogicheskoi kompetentnosti spetsialistov v oblasti detskogo fitnesa [The structure and content of educational competence among kids' fitness professionals]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 7 (3A), pp. 231-241.

Keywords

Fitness for children, professional activity, educational competence, teaching skills, kids fitness instructor.

References

1. Bystritskaya E.A., Arifulina R.U., Aksenov S.I. (2015) Znachenie keis-tehnologii dlya formirovaniya professional'nykh kompetentsyi pedagoga po fizicheskoi kul'ture [Case technology in formation of professional competences of physical education teacher]. *Teoriya i praktika fiz. kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 9, pp.39-41.
2. GOST R 57138-2016 Fitnes-uslugi dlya detei i podrostkov. Obshchie trebovaniya [Services of the fitness for children and adolescents. General requirements]. Available at: <http://protect.gost.ru/default.aspx?control=6&month=1&year=2017&search=&showall=-1&page=1> [Accessed 25/04/17].
3. Karpushin B.A. (2010) *Pedagogika fizicheskoy kul'tury i sporta* [Pedagogics of Physical Culture and Sports]. St. Petersburg: Olymp-SPb Publ.
4. Kim T.K. (2011) Otsenka gotovnosti spetsialistov sfery "fizicheskaya kul'tura i sport" k effektivnomu vzaimodeystviyu s sem'oi uchastihnya [An Assessment of Readiness to Engage the Students' Families for Specialists in the Field of Physical Culture and Sports]. *Sportivnyi psiholog* [Sports Psychologist], 2 (23), pp. 86-91.
5. Klimov E.A. (2010) *Psychologija professional'nogo samoopredelenija* [Psychology of Professional Self-Determination]. Moscow: Academia Publ.
6. Krilichevsky V.I., Semenov A.G., Bekasova S.N. (2012) *Pedagogika fizicheskoy kultury* [Pedagogics of Physical Culture]. Moscow: KNORUS Publ.
7. Levchenkova T.V. (2013) Sotsial'no-pedagogicheskiye osnovy podgotovki kadrov v fitnes-industrii [Social and Educational Requirements toward Training of Fitness Industry Professionals]. *Nauka i Obrazovanie* [Science and Education], 3 (71), pp.78-82.
8. Levchenkova T.V. (2016) Sotsial'no-pedagogicheskiye usloviya stanovleniya detskogo fitnesa v Rossii [Social and Educational Conditions for Emergence of Fitness for Children in Russia]. *Fizicheskaya kul'tura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka* [Physical Culture: Fostering, Education, Training], 2, pp.16-19.
9. Mihaylova T.V. (2015) Integral'niye usloviya professional'no-pedagogicheskoy kompetentnosti studentov Instituta sporta [Integral Requirements for Professional Educational Competence of Students of the Institute of Sports].

- tence in the Students of the Institution of Sports]. *Fizicheskaya kul'tura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka* [Physical Culture: Upbringing, Education, Training], 5, p. 8.
10. Neverkovich S.D., Aronova T.V., Baimurzin A.V. (2014) *Pedagogika fizicheskoy kultury* [Pedagogics of Physical Culture]. Moscow: Academia Publ.
 11. Nikitushkina N.N., Kalashnikov D.G. (2004) Zadachi podgotovki trenerskih kadrov dlya raboty v sportivno-ozdorovitel'nyh i fitnes-tsentrakh Moskvy [Tasks of Training of Staff for Work in Sports and Fitness Centers of Moscow]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 6, pp. 9-11.
 12. Platonova R.I. (2009) Spetsifika formirovaniya konkurentosposobnogo spetsialista sportivno-pedagogicheskogo profilya: opyt regional'nogo vuza RS (Yakutiya) [Specific Features in Training of a Competitive Specialist in the Sports and Education Field: Experience of a Regional Higher Educational Institution in the Sakha (Yakutia) Republic]. *Uchonye Zapiski Universiteta im. P.F. Lesgafta* [Lesgaft University Scientific Notes], 12 (58), pp. 85-90.
 13. Saykina E.G. (2009) *Fitness v sisteme doshkol'nogo i shkol'nogo fizkul'turnogo obrazovaniya. Doct. Diss. Abstract* [Fitness in the System of Pre-School and School Physical Culture Education. Doct. Diss. Abstract]. St. Petersburg: Herzen State Pedagogical University of Russia Publ.
 14. Saykina E.G., Smirnov Yu.V. (2015) Aktualizatsiya professional'noy podgotovki spetsialistov po fitnessu v vysshih uchebnyh zavedeniyah v usloviyah novykh obrazovatel'nykh standartov [Actualisation of Fitness Specialists' Professional Training in Higher Education Institutions under New Educational Standards]. *Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya* [Modern Problems of Science and Education], 3, p. 301.
 15. Udalova T.A. (2011) Retrospektivnyi analiz rezul'tatov vserossiyskogo konkursa professional'nogo masterstva pedagogov-novatorov "Urok fizkul'tury 21 veka" [A Retrospective Analysis of the Results of Russian Nationwide Contest of Teaching Innovators' Professional Mastery "Physical Culture Lesson of the 21st Century"]. *Fizicheskaya Kul'tura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka* [Physical Culture: Fostering, Education, Training], 6, pp. 24-27.
 16. Zimnyaya I.A. (2008) *Pedagogicheskaya psihologiya* [Educational Psychology]. Moscow: Logos Publ.