

закладів були наступні аспекти: показники розвитку фізичних якостей та оптимізація функціональних можливостей їхнього організму, які у кінці нашого дослідження мали позитивний вектор зрушень. Тож, дані перевірки ефективності комплексу заходів професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів, дають можливість підтвердити прогностичні завдання щодо формування їх фахових компетентностей.

Перспективу подальших наших наукових пошуків ми вбачаємо у аналізі структури та змісту програм професійно-прикладної фізичної підготовки закладів вищої освіти різних країн світу.

Список використаної літератури.

1. Гвоздецька С. В., Рибалко П. Ф., Чередниченко С. В. Професійно-прикладна фізична підготовка: навчально-методичний посібник для спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). Суми : ФОП Цьома С. П., 2017. 110 с.

2. Півень О., Гордієнко О. Професійно-прикладна фізична підготовка студенток вищих гуманітарних навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. № 2 (10). С. 70–73.

3. Пелипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів [Текст] : монографія. Суми : ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. 312 с.

4. Петелько В. В. Професійно-прикладна фізична підготовка у професійно-технічних навчальних закладах. Вінниця : Вид-во Державного професійно-технічного навчального закладу «Вінницьке міжрегіональне вище професійне училище», 2016. 43 с.

5. Хоменко О. С. Структура та зміст програми професійно-прикладної фізичної підготовки студентів-аграріїв з військово-спортивного багатоборства. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. Вип. 2 (96). С. 104–108.

ПЕРСПЕКТИВНІ НАПРЯМКИ РОЗВИТКУ ФІТНЕС-ІНДУСТРІЇ В УКРАЇНІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ

Катерина МАКСИМОВА, к.пед.н., доцент

*Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна*

Анотація. У тезах розглянуто перспективні напрями розвитку фітнес-індустрії в Україні в умовах сьогодення. Проаналізовано основні властивості притаманні послугам фітнес-індустрії. Проведено SWOT-аналіз конкурентоспроможності фітнес-клубів, який допоміг визначити, що важливим аспектом обраної стратегії для розвитку та підвищення конкурентоспроможності

фітнес-клубів є чіткі підходи до її реалізації.

Ключові слова: фітнес-тренер, фітнес-технологія, фітнес-індустрія, фітнес-клуб.

Вступ. Фітнес-індустрія стрімко розвивається в усьому світі завдяки комерційній орієнтації, а тенденції у сфері фітнесу швидко змінюються. Епідемія COVID-19, а потім і війна суттєво вплинули на фітнес-індустрію: прибуток від клієнтів знизився, через те, що вартість послуг залишилася такою ж, а кількість клієнтів зменшилася; почали проводити онлайн-тренування, які є менш ефективними у порівнянні із заняттями у залі. Саме тому актуальним стає питання вивчення перспективних напрямків розвитку фітнес-індустрії в Україні в умовах сьогодення.

Мета та завдання дослідження – проаналізувати основні перспективні напрямки розвитку фітнес-індустрії в Україні.

Матеріал і методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення завдань дослідження використано SWOT-аналіз для виявлення слабких та сильних сторін різних фітнес-клубів, теоретичний аналіз й узагальнення даних науково-методичної літератури та Інтернет-джерел.

Результати дослідження та їх обговорення. Одним з найпопулярніших видів фізичної активності сьогодення є фітнес. В умовах сучасного існування України війна суттєво вплинула на фітнес-індустрію. Велика кількість фітнес-клубів закрилась повністю, зруйновані або знаходяться на окупованих територіях. Саме з початку карантинних обмеженням через Covid-19, а тепер і через війну в Україні, у фітнес-індустрії відбувається багато стрімких трансформацій. Практично весь ринок фітнесу та аматорського спорту перейшов в онлайн і стрімінг, реалізуючи дві основні моделі розвитку [4].

На сьогоднішній день спостерігається змінення тенденції людей до занять різними видами фітнесу через різні причини, що поставило виклик наявним фітнес-послугам щодо подальшого існування.

В сучасному світі фітнес став модним та комерційним явищем, за допомогою якого можна зробити своє тіло красивим та здоровим. З метою необхідності розвитку та удосконалення фітнес-індустрії було проведено SWOT-аналіз їх конкурентоспроможності. Він передбачає виявлення слабких та сильних сторін, а також загроз та можливостей існування, а далі встановлення зв'язків між ними, які можуть бути використанні для формування стратегії розвитку [2].

Як свідчать результати SWOT-аналізу, до **S (strong)- сильних сторін** було виявлено: можливість найму кваліфікованих тренерів; наявність сучасного обладнання; внутрішня підготовки фітнес-кадрів (фітнес-школи, підвищення кваліфікації); наявність фітнес-програм, які відповідають світовим стандартам; можливість надавати скидки, кредитне придбання абонементу; зручний графік роботи фітнес-клубів, фітнес-марафони та інші заходи, які націлені на результат; збільшення відвідуваності групових тренувань з року в рік; збільшення кількості проведених фітнес-заходів в місті тощо.

До **W (weak)- слабих сторін** належать: висока конкуренція серед фітнес-клубів в місті; висока плінність кадрів (пов'язана зі слабкою матеріальною і

нематеріальною мотивацією персоналу); соціальна незахищеність працівників (немає соціального пакету, пільг); відсутність страхування; зниження цін у конкурентів; великі витрати на обслуговуючий персонал.

До **O (opportunities) -можливостей** можна віднести: можливість впровадження нових фітнес-напрямків; розвиток інноваційних технологій та інноваційного обладнання; організація навчання, майстер-класів; запрошення відомих експертів, фітнес-тренерів, блогерів чи спортсменів; престижність – сьогодні високо цінується підтягнуте спортивне тіло, люди прагнуть бути здоровими та успішними.

До **T (threats) -загроз** виявлено: зниження рівня доходів населення та низька споживча активність; великі витрати на комунальні послуги; додаткові витрати, пов'язані з вимогами наявності бомбосховищ в умовах воєнного стану; закриття клубів у зв'язку з війною; поява нових конкурентів.

На основі проведеного SWOT-аналізу можна зазначити, що важливим аспектом для обраної стратегії розвитку та підвищення конкурентоспроможності фітнес-клубів існують такі підходи до її реалізації: знайти свою особливість; взаємодіяти, пізнавати та постійно тримати в клубі свою клієнтську базу; прислуховуватися до побажань споживачів; взаємодіяти із містом, організовуючі різні фітнес-заходи та спортивні івенти, що це дасть можливість продемонструвати, що може запропонувати фітнес-клуб [1].

Треба зазначити, що нині на ринку праці актуальна проблема дефіциту кадрів, незважаючи на закриття частини фітнес-клубів, яке пов'язане із війною. Оператори ринку визнають, що саме забезпечення якісного тренерського складу є основним викликом. Тому перед закладами вищої освіти, в яких навчають фахівців для фітнес-індустрії постає важливе завдання підготувати фітнес-тренера до онлайн роботи, який буде володіти професійними знанням в умовах онлайн тренувань. Для цього необхідний відповідний рівень освіти, що можна розглядати як додаткову онлайн освіту або підвищення кваліфікації [4].

Аналіз сучасних напрацювань українських та іноземних експертів дав змогу виділити тренди фітнес-індустрії, які будуть популярні в Україні. Серед яких можна виділити найперспективніші: медичний фітнес та реабілітація, антистрес-тренування, функціональний тренінг та військовий фітнес, а також outdoor-тренування. А для забезпечення спортивних закладів кваліфікованими фітнес-тренерами має бути забезпечене якісне навчання та введена сертифікація в умовах сьогодення. Українська фітнес-індустрія може бути перспективною, якщо будуть створені привабливі умови для інвесторів та умови для розвитку масових занять руховою активністю [1].

Висновки. Таким чином, проведене дослідження встановило, що перспективними напрямками розвитку фітнес-індустрії в Україні є медичний фітнес та реабілітація, антистрес-тренування, функціональний тренінг та військовий фітнес, а також outdoor-тренування. Для реалізації цієї мети необхідна фахова підготовка фітнес-тренерів в умовах війни.

Перспективи подальших досліджень у цьому напрямку полягають у дослідженні питання якісної онлайн освіти як конкурентоспроможної фахової

підготовки фітнес-тренерів в умовах сьогодення.

Список використаної літератури.

1. Бистра І.І., Чайченко Н.Л., Клименко Г.В., Ковальова А.О. Аналіз ринку фітнес-послуг в оздоровчо-спортивній сфері в умовах карантину. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*. 2021. Вип. 81. С. 30–33.
2. Богоявленський О.В., Попова І.В. Маркетингові стратегії у розвитку фітнес-індустрії. *Науково-практичний журнал «Інфраструктура ринку»*, 2019. Вип. 32. С. 89–95.
3. Дослідження ринку фітнес-послуг України 2019. Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/334030659_Svitovi_ta_nacionalni_fitnes-trendi_2019 (дата звернення: 05.03.2023).
4. Котуранова Т., Железна М. Стратегічні аспекти підвищення конкуренто-спроможності фітнес-клубів м. Дніпра. *Економічний простір* : Зб. наук. пр. Дніпро, 2022. № 179. С. 159–163. DOI: <https://doi.org/10.32782/2224-6282/179-24>.

РОЗВИТОК ЗДІБНОСТІ ДО ЗБЕРЕЖЕННЯ РІВНОВАГИ У ГІМНАСТОК ХУДОЖНІХ 8-9 РОКІВ

Тетяна МАЛЕНЮК, к. фіз. вих., доцент

Наталія СОБКО, к. фіз. вих., доцент

*Центральноукраїнський державний університет ім. В. Винниченка
Кропивницький, Україна*

Анотація. У тезах представлено програму розвитку здібності до збереження рівноваги гімнасток художніх 8-9 років. Доведено ефективність програми на основі достовірного ($P < 0,05$) покращення показників здібності до збереження рівноваги у гімнасток упродовж педагогічного експерименту.

Ключові слова: гімнастика художня, координаційні здібності, здібність до збереження рівноваги, юні гімнастки.

Вступ. У процесі розвитку координаційних здібностей гімнасток художніх особлива увага приділяється здібності до збереження рівноваги. Рівновага – здатність людини зберігати стійку позу тіла у статичних і динамічних умовах, за наявності опори або без неї (В. М. Платонов, 1997).

Прояв рівноваги різноманітний: статична рівновага (наприклад, стійка на одній нозі у положенні «ластівка» тощо); динамічна рівновага (наприклад, ходьба, біг, стрибки на колоді тощо); балансування з предметами і на предметах (наприклад, балансування гімнастичної булави, що стоїть на долоні тощо). Рухова система гімнасток здатна зберігати рівновагу за таких вимог: раціональне розташування ланок тіла; мінімізація кількості ступенів свободи системи, що рухається; дозування і перерозподіл м'язових зусиль; рівень просторової орієнтації (Ю. Е. Куценко, Л. В. Тарасова, 2016).