**ПРОЕКТ СТУДЕНЧЕСКОГО ФИТНЕС-КЛУБА КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ ИФКиС В ПРОЦЕССЕ ВНЕУЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

***кандидат педагогических наук, доцент Кузьмина С.В.,***

***доктор педагогических наук, профессор Сайкина Е.Г.,***

***кандидат педагогических наук, доцент Волкова Н.Л.,***

***старший преподаватель Ламова В.М.***

*Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена Санкт-Петербург, Россия*

[*fitboll@yandex.ru*](mailto:fitboll@yandex.ru)

*Исследование выполнено за счет внутреннего гранта РГПУ им. А. И. Герцена*

*(проект № 34ВГ)*

*Аннотация.* В статье представлен проект создания студенческого фитнес- клуба. Основные задачи которого – формирование профессиональных компетенций студентов профильных физкультурных вузов (на примере ИФКиС РГПУ им. А.И. Герцена) и приобщение к здоровому образу жизни обучающихся Герценского университета. Приведены данные, подтверждающие актуальность реализации проекта.

*Ключевые слова:* фитнес, фитнес-клуб, профессиональные компетенции, внеучебная деятельность.

**STUDENT FITNESS CLUB PROJECT AS A BASIS FOR FORMING PROFESSIONAL COMPETENCIES OF STUDENTS OF THE INSTITUTE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE PROCESS OF EXTERNAL ACTIVITIES**

***Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor Kuzmina S.V.,***

***Doctor of Pedagogical Sciences, Professor Saykina E.G.,***

***Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor Volkova N.L.,***

***senior lecturer Lamova V.M.***

***St. Petersburg, Russia***

[fitboll@yandex.ru](mailto:fitboll@yandex.ru)

*The research was supported by an internal grant of the Herzen State Pedagogical University*

*of Russia (project No. 34VG)*

*Annotation.* The article presents a project for the creation of a student fitness club. The main tasks of which are the formation of professional competencies of students of specialized physical education universities (on the example of IFKiS of the Herzen State Pedagogical University) and familiarization with a healthy lifestyle of students of Herzen University. The data confirming the relevance of the project implementation are presented.

*Keywords:* fitness, fitness club, professional competencies, extracurricular activities.

Формирование у студентов профессиональных компетенций является одной из важных задач современного образования.

В федеральных государственных образовательных стандартах высшего образования нового поколения отражена идея совершенствования подготовки профессионала качественно нового уровня. Цели образования связаны с формированием компетенций, обеспечивающих выпускнику профессиональную и личностную самореализацию. Одна из важнейших задач высшего образования состоит в том, чтобы любой специалист, начинающий свою профессиональную карьеру, не только обладал определённым багажом знаний, умений, навыков, но и был готов и способен демонстрировать их в практической деятельности. Значимым фактором профессионального становления студентов является использование и применение разнообразных ресурсов внеучебной деятельности [1]. Наиболее перспективной формой организации, которой является проектная деятельность – совокупность действий, направленных на решение конкретной задачи в рамках проекта.

Для объединения студентов, желающих развиваться в направлении физкультурно-оздоровительной деятельности, было решено создать сообщество любителей фитнеса. И как следствие, для формирования профессиональных компетенций в области фитнеса у студентов института физической культуры и спорта РГПУ им А.И. Герцена в процессе внеучебной деятельности был разработан проект «Студенческий фитнес-клуб».

Его задачами является:

- создание условий для закрепления теоретических знаний в области физкультурно-оздоровительной деятельности на практике;

- расширение знаний и умений в сфере фитнес-индустрии;

- формирование профессиональных умений в различных направлениях деятельности.

Деятельность СФК имеет несколько направлений работы:

- проведение практических занятий;

- изготовление и наполнение сайта видео-занятиями;

- проведение обучения в различных формах;

- проведения конкурсов, в том числе профессиональных;

- разработка и ведение страниц в социальных сетях ВК, телеграм;

- организация рекламных мероприятий;

- разработка нормативных документов для реализации деятельности.

Раскрывая более подробно каждое направление работы, представляем возможные форматы участия студентов в данном проекте.

Блок *«Проведение практических занятий»* дает возможность студентам:

- сформировать профессиональные компетенции в области организации данной деятельности (администратор клуба),

- приобрести навыки проведения групповых и индивидуальных занятий в качестве инструктора по фитнесу;

- реализовать выполнение блока «самостоятельная работа», представленного в учебных дисциплинах программ обучения, связанных с фитнесом (49.03.01 Физическая культура, профиль физкультурно-оздоровительные технологии, дисциплины модуля Модуль "Современные направления физкультурно-оздоровительной деятельности"; 44.03.01 Педагогическое образование, профиль физкультурное образование, Модуль "Дополнительнoе образование". Современные направления физкультурно-оздоровительной деятельности; 44.04.01 Педагогическое образование, профиль «Фитнес-технологии в физической культуре», модуль "Технологии фитнеса в физической культуре");

- посещения практических занятий в качестве занимающегося с целями укрепления здоровья, улучшения физической подготовленности, снятия психоэмоционального напряжения и т.д., а также для выполнения блока «самостоятельная работа» элективной дисциплины «Физическая культура и спорт», представленной во всех основных профессиональных образовательных программах РГПУ им. А.И. Герцена.

Блок *«Сайт»* предполагает разработку и наполнение платформы видео-занятиями. Участники этого блока сформируют умения в области создания сайтов, наполнения их информацией, получат практический опыт в проведении видеосъемок и монтажа занятий.

Блок *«Обучение»* подразумевает проведение различного уровня мероприятий образовательной направленности:

- курсы повышения квалификации с получением удостоверения о ПК;

- мастер-классы по проведению различных направлений фитнеса и организации деятельности в рамках фитнес-индустрии с получением справки о прохождении;

- конференции; семинары; круглые столы;

- консультации по написанию научных статей;

-консультации по написанию фитнес-программ.

Блок «*Конкурсы*» дает возможность студентам как повысить профессиональные компетенции в области разработки и организации конкурсов различного уровня, так и принять участия в них в качестве конкурсантов. Такими мероприятиями могут быть конкурсы профессионального мастерства («Фитнес-дебют», «Фитнес-мастер», «Фитнес-профи»), «Лучшая самореклама инструктора», «Презентация направления фитнеса» и др.

Блок *«Страница в социальных сетях»* подразумевает создание платформы (ВК, телеграмм), на которой будет отражена вся деятельность СФК и будет располагаться дополнительная информация по различным направлениям, связанным с ЗОЖ.

Студенты смогут научиться работать в социальных сетях с целью продвижения своего «продукта», написания постов, создания фото и видео-контента.

Блок «Реклама» решает задачу разработки общей стратегии продвижения клуба. Поможет сформировать студентам эффективный инструментарий для привлечения клиентов в СФК, а в дальнейшем – для продвижения своего «продукта». Такими средствами могут быть: разработка и проведение рекламных мероприятий на факультетах/институтах университета; изготовление печатной продукции; подготовка рекламного фото- и видео-контента, изготовление баннеров/роллапов, изготовление сувенирной и имиджевой продукции и т.д.

Деятельность студентов в данном блоке также подразумевает выполнение блока «самостоятельная работа», представленного в программе 44.04.01 Педагогическое образование, профиль «Фитнес-технологии в физической культуре», модуль "Технологии фитнеса в физической культуре" и модуле "Фитнес-индустрия".

Блок «Документы» подразумевает разработку проектов нормативных документов, таких как «Положение о Студенческом фитнес-клубе», положений о проведении конкурсов, а также знакомство студентов с документацией, необходимой для открытия своего фитнес-клуба.

Преимуществом участия студентов в деятельности СФК является формирование их профессиональных компетенций, а именно: развитие организационных, коммуникативных, лидерских, проектировочных, гностические, двигательных и других умений и навыков, вне рамок учебной деятельности. А так же:

- формирование навыка самоорганизации;

- получение дополнительных знаний;

- получение документов о повышении квалификации;

- наработка практического опыта проведения занятий;

- получение обратной связи от специалистов;

- создание группы единомышленников;

- приобретение опыта.

Вся деятельность студенческого фитнес-клуба осуществляется под научным руководством д.п.н., профессора Сайкиной Е.Г. и к.п.н., доцента Кузьминой С.В. Каждое из направлений деятельности курируют преподаватели ИФКиС: к.п.н., доцент Загрядская О.В., к.п.н., доцент Волкова Н.Л., старший преподаватель Ламова В.М старший преподаватель Воронкова М.С., ассистент Лупанова Е.М.

Предварительный опрос более 1500 студентов РГПУ им. А.И. Герцена, из 19 институтов/факультетов, показал нужность создания Студенческого Фитнес-клуб в РГПУ им. А.И. Герцена (93,4%) и личную заинтересованность студентов в участии в его деятельности (69,5 %). Основной целью участия в нем было названо укрепление здоровья и коррекция фигуры (51,4%), но также и получение дополнительных знаний в области здорового образа жизни 27 %.

Также на сегодняшний день 124 студента ИФКиС высказали желание стать членами студенческого фитнес-клуба и 20 человек вошли в его актив.

Таким образом, данные показывают, что проект «Студенческий фитнес-клуб» вызывает интерес как у студентов ИФКиС РГПУ им. А.И. Герцена, так и студентов не физкультурных направлений подготовки.

*Список литературы*

1. Белошапка Р.А. Внеучебная деятельность как фактор формирования профессиональных компетенций студентов // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2017. №1 (46). С.20-23.