

МЕТОДОЛОГИЯ И ТЕХНОЛОГИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 378

DOI 10.5930/1994-4683-2025-4-225-230

Оценка уровня профессиональной подготовки тренеров в фитнес-индустрии

Михайлова Елена Янверовна, кандидат педагогических наук, доцент

Андросова Галина Анатольевна, кандидат экономических наук, доцент

Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

Цель исследования – выявление уровня профессиональной подготовки современного специалиста в области фитнес-индустрии.

Методы и организация исследования. Использованы методы анализа и обобщения статистических данных и специальной литературы, методы математической статистики. В исследовании был проведен статистический анализ данных, полученных исследовательской компанией FitnessData на основании опроса российских операторов фитнес-объектов, проведенного в феврале-марте 2024 г.

Результаты исследования и выводы. Анализ данных официальной статистики позволил выявить основные направления специализированной профессиональной подготовки тренеров в области фитнес-индустрии.

Ключевые слова: фитнес-индустрия, фитнес-услуги, фитнес-тренер.

Assessment of the level of professional training of coaches in the fitness industry

Mikhailova Elena Yanverovna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Androsova Galina Anatolyevna, candidate of economic sciences, associate professor

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

The purpose of the study is to identify the level of professional training of a modern specialist in the field of the fitness industry.

Research methods and organization. Methods of analysis and generalization of statistical data and special literature, as well as methods of mathematical statistics, were used. A statistical analysis of data obtained by the research company FitnessData based on a survey of Russian fitness facility operators conducted in February-March 2024 was carried out in the study.

Research results and conclusions. The analysis of official statistics allowed for the identification of the main areas of specialized professional training for coaches in the fitness industry.

Keywords: fitness industry, fitness services, fitness trainer.

ВВЕДЕНИЕ. Фитнес-индустрия относится к наиболее динамично развивающимся секторам сферы физической культуры и спорта. Так, по данным Национального фитнес-сообщества, в 2024 году количество занимающихся фитнесом в России достигло 7,1 миллиона человек, что на 4,4% превышает уровень 2023 года и существенно превосходит запланированные в Государственной программе Российской Федерации "Развитие физической культуры и спорта" ежегодные темпы прироста доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в целом по стране [1].

Негативное влияние таких внешних факторов, как пандемия COVID-19, уход из отрасли физической культуры и спорта западных компаний и пр., существенно ослабло, и рынок фитнес-услуг демонстрирует уверенный рост. Согласно исследованиям Ассоциации Профессионалов Фитнесса, объем российского рынка фитнес-услуг вырос в 2024 году на 23% и составил 262,8 млрд руб. С учетом фитнес-студий общее число фитнес-объектов превысило 14 тысяч, в том числе было открыто более 430 новых клубов и студий, объем инвестиций которых составил около 28 млрд руб. [2].

На сегодняшний день развитие рынка фитнес-услуг отражает воздействие целого ряда факторов, которые можно объединить в три группы:

- экономические факторы, включающие потребительские затраты на занятия фитнесом и инвестиционные расходы;
- социально-культурные факторы, в основе группировки которых лежит здоровый образ жизни как тренд современного общества;
- технологические факторы, прежде всего различные аспекты использования цифровых технологий в спортивной индустрии [3].

Высокая динамика развития российского рынка фитнес-услуг обусловила возникновение целого ряда проблем в данной сфере физической культуры и спорта, основной из которых является дефицит кадров. Опрос, проведенный независимой исследовательской компанией FitnessData в феврале-марте 2024 г. среди российских операторов фитнес-объектов, показал, что дефицит кадров испытывают 63% организаций. В свою очередь, это порождает проблему удержания тренеров, на которую указали 27% опрошенных. Причем такая кадровая ситуация наблюдается в мегаполисах, тогда как в городах с населением менее 1 млн человек с дефицитом фитнес-тренеров сталкиваются более 80% организаций [4].

Таким образом, задача подготовки необходимого количества квалифицированных специалистов для фитнес-объектов находится в ряду первоочередных.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. В кадровом обеспечении фитнес-индустрии можно выделить три взаимосвязанные проблемы, результатом влияния которых становится кадровый дефицит на растущем рынке:

- сложность освоения профессиональных компетенций фитнес-тренера в сжатые сроки;
- нехватка современной базы подготовки и переподготовки кадров, поскольку программы спортивных вузов во многом устарели;
- недостаточный уровень квалификации работающих тренеров, на что указывают многие участники опроса FitnessData: низкий уровень знаний, отсутствие специального образования, отсутствие в программах подготовки и переподготовки современных методик и новой информации и пр. [4].

В современных условиях важное значение имеет обретение специалистами в сфере фитнеса знаний, включающих не только передовые спортивно-оздоровительные методики, но и соответствующие цифровые технологии, такие как «носимые технологии», мобильные приложения для тренировок, мультифункциональное оборудование, видео-тренировки, интерактивное и высокотехнологичное пространство, виртуальный тренажерный зал и др. [5].

Важной характеристикой профессионального портрета современного фитнес-тренера, оказывающей определенное влияние на все остальные его черты, является половозрастной состав тренерских кадров фитнес-индустрии, который различается в зависимости от фитнес-технологий. Распределение тренерских кадров по полу и возрасту показано в таблице 1 [4].

Как следует из приведенных данных (табл. 1), средний возраст фитнес-тренеров составляет 33 года, при этом наиболее возрастной тренерский состав занят в реализации водных фитнес-программ, а самые молодые тренеры работают на программах детского фитнеса.

Таблица 1 – Характеристики фитнес-тренеров по полу и возрасту (%)

Фитнес-технологии	Средний возраст, лет	Пол, %	
		Муж.	Жен.
Тренеры тренажерного зала	34	45	55
Тренеры групповых программ	33	20	80
Тренеры функциональных тренировок	32	37	63
Тренеры водных программ	37	32	68
Тренеры детских программ	30	24	76
Средние показатели в сфере фитнес-индустрии	33	32	68

Половой состав тренерских кадров неравномерен: в среднем количество тренеров-женщин более чем вдвое превышает численность мужчин. Наибольшая диспропорция наблюдается среди тренеров групповых программ – 20% мужчин и 80% женщин, а также тренеров детских программ – 24% мужчин и 76% женщин. Относительно равномерное соотношение мужчин и женщин отмечается только среди тренеров тренажерного зала – 45% и 55% соответственно. Таким образом, по состоянию на 2024 год профессиональный фитнес-тренер – это специалист в возрасте 33 лет, преимущественно (в 2/3 случаев) женского пола.

Современный фитнес – это сложная многоуровневая система, включающая множество аспектов, новые технологии и оздоровительные методики. В этих условиях основной задачей фитнес-тренера становится осознанное, грамотное использование профессиональных знаний и умений, чтобы не нанести вред здоровью занимающегося. Поэтому особое значение приобретает профессиональная подготовка специалистов в сфере фитнес-индустрии, важность которой подчеркивается профессиональным стандартом «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)», утвержденным в 2023 г. Профессиональный стандарт выдвигает следующие требования к образованию и обучению фитнес-тренеров:

- среднее профессиональное образование – программы подготовки специалистов среднего звена в области физической культуры и спорта или в области педагогики по специальности «Физическая культура» и дополнительное профессиональное образование – программы повышения квалификации по соответствующей специализации (направлению) фитнеса;
- среднее профессиональное образование (непрофильное) – программы подготовки специалистов среднего звена и дополнительное профессиональное образование – программы профессиональной переподготовки по физической культуре и спорту с включением соответствующей специализации (направления) фитнеса;
- высшее образование в области физической культуры и спорта по программам с направленностью «Физкультурно-оздоровительные технологии и (или) фитнес»;
- высшее образование в области физической культуры и спорта или в области педагогики с направленностью «Физическая культура», или в области обороны и безопасности государства по служебно-прикладной физической подготовке и дополнительное профессиональное образование – программы повышения квалификации по соответствующей специализации (направлению) фитнеса;
- высшее образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование – программы профессиональной переподготовки по физической культуре и спорту с включением соответствующей специализации (направления) фитнеса [6].

Уровень профессиональной подготовки действующих тренеров в фитнес-индустрии достаточно высок: 74% тренеров имеют диплом о высшем образовании, в том числе профильное образование – 42% против 37% в 2023 году. Структуру базового образования тренеров характеризуют следующие данные (табл. 2) [4].

Таблица 2 – Направления базового образования действующих фитнес-тренеров (%)

ФКиС	Педагогическое	Медицинское	Хореографическое	Общественные науки	Техническое	Гуманитарное	Юридическое	Другое
28	9	4	1	19	12	11	6	5

Как свидетельствуют данные таблицы 2, среди непрофильных направлений наибольшую долю занимают общественные науки – 19%, выпускники технических вузов составляют 12%, гуманитарное образование (социологи, психологи и пр.) получили также 12% тренеров.

Таким образом, более половины тренеров, занятых в фитнес-индустрии, не имеют профильного образования и получают необходимые знания и компетенции посредством дополнительного образования. На сегодняшний день дополнительное образование имеют 96% фитнес-тренеров [4]. Варианты получения дополнительного фитнес-образования представлены в таблице 3 [4].

Таблица 3 – Дополнительное образование тренеров, занятых в фитнес-индустрии (%)*

Курсы более 6 месяцев	Курсы 3-6 месяцев	Курсы 1-3 месяца	Курсы менее 2-х недель	Курсы 2-4 недели	Второе высшее образование в сфере ФКС	Нет ДО
39	34	30	25	19	9	4

*Допускается несколько вариантов ответа

Из данных таблицы 3 видно, что большинство тренеров предпочитает долговременные варианты дополнительного образования: 9% решили проблему недостаточности профессиональных знаний за счет получения второго высшего профильного образования, около 40% прошли профессиональную переподготовку продолжительностью более полугода, 34% окончили курсы повышения квалификации в течение 3–6 месяцев.

Высокая динамичность развития технологий и расширения знаний в сфере фитнеса обуславливает необходимость непрерывного образования фитнес-тренеров, с чем согласны 75% тренеров, тогда как 21% специалистов считает, что обладает достаточным объемом профессиональных знаний и не нуждается в дополнительном обучении. Причиной отказа от получения дополнительного образования в большинстве случаев служит нежелание нести дополнительные расходы: затраты на обучение тренеров в 2023 году составили в среднем 40 тыс. руб. на человека [4]. Такая экономия не является оправданной и в дальнейшем приведет к отставанию профессионального уровня и устареванию знаний тренера в сфере фитнеса, что понимают и стараются избежать специалисты, нацеленные на постоянное совершенствование своих знаний и квалификации. При этом периодичность прохождения респондентами дополнительного обучения существенно варьируется (табл. 4) [4].

Таблица 4 – Периодичность и мотивация прохождения дополнительного обучения (%)

Чаще 1 раза в год	Когда попадается хороший курс, независимо от времени	Ежегодно	1 раз в 2-3 года	Другое
40	35	18	2	5

Приведенные данные (табл. 4) показывают, что преобладающее число тренеров проходит обучение чаще одного раза в год.

Структура приоритетных направлений обучения специалистов по фитнесу в 2024 году отражает влияние ряда факторов, основными из которых являются рост физической активности со стороны старших поколений населения и повышение значимости оздоровительного влияния фитнеса для занимающихся. Наиболее востребованные тренерами направления дополнительного образования представлены в таблице 5 [4].

Таблица 5 – Востребованность приоритетных направлений дополнительного образования

Наименование направлений дополнительного образования	Доля тренеров, выбирающих данное направление, %
Физиология	57
ЛФК и оздоровительный тренинг	49
Нутрициология и питание	37
Функциональный тренинг	27
Продажи услуг и взаимодействие с клиентами	25
Тренер персональных тренировок	25
Тренер по стретчингу	23
Тренер групповых тренировок	19
Тренер детских программ	13
Тренер танцевальных направлений	8

Как показывают данные таблицы 5, доминирующими направлениями дополнительного обучения являются курсы по физиологии, ЛФК и оздоровительному тренингу – соответственно 57% и 49%, что объясняется вышеназванными причинами. Постоянно растет интерес потребителей фитнес-услуг к правильному питанию, что обуславливает стремление тренеров приобретать знания по нутрициологии и питанию – 37% тренеров. Наряду с факторами потребительского спроса немаловажную роль в выборе курсов повышения квалификации играют факторы предложения (табл. 6) [4].

Таблица 6 – Факторы, влияющие на выбор курсов повышения квалификации или переподготовки

Наименование факторов	Доля тренеров, руководствующихся данным фактором при выборе курса обучения, %
Набор получаемых знаний	72
Состав преподавателей	39
Форма обучения (очная/онлайн)	30
Стоимость	24
Соответствие получаемых документов требованиям профессионального стандарта	23
Наличие лицензии	21
Советы друзей/знакомых	19
Отзывы в интернете	15
Формат курса (короткие курсы)	12
Выбор работодателя	12

Очевидно, что решающее значение при выборе курса обучения имеет предлагаемый набор знаний – этим руководствуются 72% тренеров. Персоналии в составе преподавателей – авторитетные специалисты, увлеченные своей профессией, – привлекают 39% опрошенных. Немаловажную роль для работающих с полной нагрузкой тренеров играет форма обучения – для 30% из них занятия в режиме онлайн более предпочтительны. Менее значимыми являются стоимость, наличие лицензии у организации дополнительного образования, соответствие получаемого документа профессиональному стандарту и пр.

ВЫВОДЫ. Проведенный анализ профессионального уровня тренеров, работающих в фитнес-индустрии, показал недостаточный охват трудовых кадров фитнес-индустрии специализированным базовым образованием. При этом дополнительное образование в форме профессиональной переподготовки, повышения квалификации и др. в современных условиях не может служить полноценной компенсацией непрофильного образования. Из вышеизложенного можно сделать вывод о необходимости организации специализированной профессиональной подготовки тренеров в области фитнес-индустрии.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Силина Е. Число занимающихся фитнесом в России достигло 7,1 миллиона по итогам 2024 года. URL: <https://sport.rambler.ru> (дата обращения: 07.01.2025).
2. Итоги 2024 года на рынке фитнес-услуг России: динамика, регионы, тренды // FPA Ассоциация Профессионалов Фитнеса. URL : <https://fitness-pro.ru>. (дата обращения: 07.01.2025).
3. Низяев Д. А. Исследование российского рынка фитнес-клубов. DOI 10.18334/sport.2.4.119871 // Экономика и управление в спорте. 2022. Т. 2, № 4. С. 251–262. EDN: PBCRKD.
4. Фитнес-тренеры 2024: доходы, обучение, перспективы и удовлетворенность работой // FitnessData. URL: <https://fitnessdata.ru>. (дата обращения: 07.01.2025).
5. Белякова М. Ю. Анализ использования инноваций в фитнес индустрии. DOI 10.18334/sport.2.4.119727 // Экономика и управление в спорте. 2022. Т. 2, № 4. С. 237–250. EDN: RTRCKR.
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27.04.2023 № 353н "Об утверждении профессионального стандарта "Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)". URL: <https://www.consultant.ru> (дата обращения: 07.01.2025).

REFERENCES

1. Silina E. (2025), "The number of people engaged in fitness in Russia reached 7.1 million by the end of 2024", URL: <https://sport.rambler.ru>.
2. (2025), "Results of 2024 in the Russian fitness services market: dynamics, regions, trends", *FPA Association of Fitness Professionals*, URL: <https://fitness-pro.ru>.
3. Nizyaev D. A. (2022), "Research of the Russian market of fitness clubs", *Economics and management in sports*, Vol. 2, No. 4, pp. 251–262.
4. (2024), "Fitness trainers 2024: income, training, prospects and job satisfaction", *FitnessData*, URL: <https://fitnessdata.ru>.
5. Belyakova M. Y. (2022), "Analysis of the use of innovations in the fitness industry", *Economics and management in sports*, Vol. 2, No. 4, pp. 237–250.
6. (2023), "Order of the Ministry of Labor and Social Protection of the Russian Federation dated 04/27/2023 No. 353n "On approval of the professional standard "Fitness Specialist (fitness trainer)", URL: <https://www.consultant.ru>.

Информация об авторах:

Михайлова Е.Я., профессор кафедры менеджмента и экономики спорта, ORCID: 0000-0003-2018-0822, SPIN-код 5493-0470.

Андросова Г. А., доцент кафедры менеджмента и экономики спорта, ORCID: 0009-0001-7982-6272, SPIN-код 6911-6562.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 03.03.2025.

Принята к публикации 31.03.2025.