

ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА

ПРОГРАМИ MINOR
(ФІТНЕС)

Другий рівень вищої освіти - магістр
для спеціальностей: А4 Середня освіта (Фізична культура), А7 Фізична
культура і спорт

Схвалено:

Вченою радою факультету фізичного
виховання
протокол № 11 від 24 червня 2026 р.



Схвалено:

Вченою радою ТНПУ ім.В.Гнатюка
протокол № 19 від 30 червня 2026 р.

Ректор

Богдан БУЯК

Розроблено:

Доцентом кафедри фізичного
виховання та реабілітації
Тернопільського національного
педагогічного університету
імені Володимира Гнатюка

 Андрій ОГНИСТИЙ
« 23 » чер. 2026 р.

Тернопіль 2026

Профіль освітньої програми мінор «Фітнес»

1 – Загальна інформація	
Повна назва закладу вищої освіти та структурного підрозділу	Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, кафедра фізичного виховання та реабілітації
Рівень вищої освіти	Другий рівень вищої освіти
Ступінь вищої освіти	Магістр фізичної культури і спорту
Галузь знань	A Освіта
Спеціальність	A7 Фізична культура і спорт, A4.11 Середня освіта. Фізична культура
Спеціалізація (за наявності)	-
Офіційна назва програми мінор	Фітнес
Форма навчання	Інституційна (очна, заочна)
Мова(и) викладання	Українська мова
Цикл/рівень програми	НРК України –7 рівень, FQ-EHEA – другий цикл, EQF LLL – 7 рівень
Професійна кваліфікація	3475 – Фітнес-тренер

ПЕРЕДМОВА

Згідно з вимогами освітнього законодавства України всі здобувачі вищої освіти мають можливість сформувати індивідуальну освітню траєкторію - персональний шлях реалізації їхнього особистісного та професійного потенціалу. Однією із складових такої траєкторії є вибіркові дисципліни. Закон України «Про вищу освіту», встановлює їх обсяг не менше 25% кредитів ЄКТС від загального обсягу ОП (пункт 15 частини першої статті 62 Закону України «Про вищу освіту»).

Магістерські програми А4.11 Середня освіта (Фізична культура і фітнес), А7 Фізична культура і спорт. Адаптивний спорт передбачають можливість вибору студентами програм Minor, які поєднуються зі спеціальністю на міждисциплінарному рівні та дають змогу ефективніше узгодити набуття відповідних фахових компетенцій та результатів навчання із сучасними потребами практики.

Здобувач може обрати індивідуальний варіант освітньої траєкторії, що відповідає його запиту і надає йому конкурентну перевагу на ринку праці.

Програма Minor «Фітнес» - це комплекс взаємопов'язаних навчальних дисциплін, що вивчаються послідовно і доповнюють фахові компетенції та програмні результати навчання які дозволяють присвоювати професійну кваліфікацію (повну чи часткову). Програма розроблена у відповідності до Положення про присвоєння професійних кваліфікацій у Тернопільському національному університеті імені Володимира Гнатюка (затверджена вченою радою ТНПУ ім.В.Гнатюка прот. №8 від 23.12.2025 р., введено в дію наказом ректора №438 від від 23.12.2025 р.

В рамках освітньої програми здобувачі можуть обрати для вивчення профіль Minor «Фітнес» обсягом 24 кредити ЄКТС. За результатами його проходження програми здобувач набуває додаткові фахові компетенції та програмні результати навчання, що фіксується в індивідуальному навчальному плані студента. За результатами підсумкової атестації може бути присвоєна професійна кваліфікація «Фітнес тренер» (повна кваліфікація) професійний стандарт якої затверджений згідно з вимогами статті 4 2 Кодексу законів про працю України на підставі: - висновку Національного агентства кваліфікацій, схваленого рішенням від 26.05.2025 № 11 протокол № 28 (222) про дотримання під час підготовки проєкту професійного стандарту за професією «Фітнес-тренер» вимог Порядку розроблення, введення в дію та перегляду професійних стандартів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 31.05.2017 №373; - висновку Всеукраїнської профспілки захисників України, спортсменів та працівників сфер від 07.05.2025 № 97, щодо погодження проєкту професійного стандарту за професією «Фітнес-тренер».

Випускник після успішного проходження програми Minor «Фітнес» буде здатен виконувати зазначену в ДК 003:2010 професійну роботу і може займати відповідну первинну посаду (у відповідності до обраної програми Minor «Фітнес» - 3475 – Фітнес-тренер.

Програма MINOR (Фітнес)

Мета програми. Програма спрямована на поглиблене вивчення особливостей організації і проведення сучасних тренувальних занять з фітнесу, формує специфічні міждисциплінарні компетентності практичного застосування теоретичних знань в практичній реалізації організатора секційної роботи з фітнесу.

Здобувачі даної програми отримають знання з особливостей професійної діяльності фітнес тренера, теоретико-методичними аспектами організації і проведення з різних видів фітнесу та отримають необхідні знання з кондиційного тренування. Дана програма поєднує теоретичні знання з практичною підготовкою студентів. Програма складається з шести навчальних дисциплін та формує фахові та професійні компетенції, програмні результати навчання що базуються на ґрунтовних знаннях теорії фітнесу, маркетингу та комунікації у фітнесі, основах спортивного харчування, практичної діяльності у фітнес клубах, секціях з фітнесу.

Перелік освітніх вибіркового компоненти (ВК)

Код н/д	Компоненти програми	Кількість кредитів	Семестр	Форма підсумкового контролю
1	2	3	4	5
ВИБІРКОВІ КОМПОНЕНТИ ОП (ВК фітнес-тренер)				
ВК 1	Домедична невідкладна допомога	3	1	Залік
ВК 2	Теорія фітнесу	6	2	екзамен
ВК 3	Технологія роботи в тренажерному залі	3	2	Залік
ВК 4	Практика у фітнес клубах, секціях з фітнесу	6	3	Диференційований залік
ВК 5	Маркетинг та комунікація у фітнесі	3	3	Залік
ВК 6	Основи спортивного харчування	3	3	Залік
Загалом кредитів		24		

Атестація передбачає встановлення відповідності результатів навчання здобувачів вищої освіти вимогам освітньої програми, в тому числі в частині присвоєння професійної кваліфікації (професійних кваліфікацій). Програма атестації повною мірою охоплює цілі освітньої програми, визначені компетентності та результати навчання, що уможливило присвоєння професійної кваліфікації (професійних кваліфікацій); має обґрунтований порядок і критерії оцінювання результатів навчання; є оприлюдненою та доступною для здобувачів вищої освіти.

3.5. Присвоєння професійної кваліфікації (професійних кваліфікацій) здійснюється на підставі рішення екзаменаційної комісії.

Опис дисциплін

БК 1. Домедична невідкладна допомога

Навчальна дисципліна спрямована на оволодіння здобувачами теоретичними знаннями та практичними навичками з домедичної невідкладної допомоги, формування у майбутніх фахівців компетентностей, необхідних для своєчасного реагування на невідкладні стани, збереження життя та здоров'я людини до прибуття кваліфікованої медичної допомоги.

Здобувачі вивчають сучасні характеристики та стандартизовані підходи до надання домедичної допомоги, оволодівають знаннями щодо алгоритмів дій при загрозливих для життя станах, принципів оцінки стану постраждалих, використання засобів першої допомоги та індивідуальних медичних комплектів.

Студенти опановують базові та розширені навички: проведення первинного та вторинного огляду постраждалого, визначення пріоритетів надання допомоги, виконання серцево-легеневої реанімації (СЛР) з використанням та без використання автоматичного зовнішнього дефібрилятора (АЗД), зупинки критичних кровотеч, надання допомоги при травмах, опіках, отруєннях, ураженнях електрострумом, гіпотермії та тепловому ударі.

Окрему увагу приділено діям у надзвичайних ситуаціях, домедичній допомозі, алгоритмам взаємодії з екстреними службами, використанню імпровізованих засобів, транспортуванню постраждалих та організації допомоги на місці події.

Здобувачі вивчають: мотиви та принципи відповідальної поведінки у сфері безпеки життєдіяльності; психологічні аспекти допомоги постраждалим та моделі поведінки в умовах стресу; стандартизовані алгоритми домедичної допомоги (DRAB, ABCDE, MARCH тощо); класифікацію невідкладних станів та їх ключові ознаки;

Формуються уміння: швидко та правильно оцінювати стан постраждалого; діяти відповідно до алгоритмів домедичної допомоги при загрозливих для життя станах; проводити СЛР, використовувати АЗД та здійснювати базове підтримання життя; зупиняти критичні кровотечі, накладати джгути, пов'язки, іммобілізувати кінцівки; забезпечувати безпеку власну, оточуючих і постраждалого; організовувати надання допомоги на місці події, взаємодіяти з екстреними службами; мотивувати інших до формування навичок безпеки та відповідальної поведінки у надзвичайних ситуаціях.

БК 2. Теорія фітнесу

Навчальна дисципліна спрямована на оволодіння студентами системними теоретичними знаннями з фітнесу, формування у майбутніх фахівців фізичної культури і спорту професійно важливих компетентностей, необхідних для планування та проведення сучасних занять різних видів фітнесу з людьми різного віку, рівня фізичної підготовленості та стану

здоров'я. Дисципліна забезпечує ознайомлення з базовими і сучасними науковими підходами у сфері фітнесу, розумінням його ролі у збереженні здоров'я, розвитку рухових здібностей, формуванні культури здорового способу життя.

Здобувачі вивчають сучасні характеристики базових понять фітнесу, оволодівають знаннями з історії розвитку фітнес-руху, розумінням становлення його напрямів та світових тенденцій. Особлива увага приділяється формуванню професійної термінології, класифікації засобів фітнесу, видам фізичних вправ, їх впливу на організм та принципам побудови тренувального процесу. Студенти опановують методи, засоби й принципи розвитку сили, витривалості, гнучкості, координації, швидкісно-силових здібностей у межах різних напрямів фітнесу; вивчають механізми адаптації організму до навантажень та принципи програмування тренувань для початківців та підготовлених осіб.

Здобувачі набувають практичних навичок щодо складання індивідуальних і групових програм фітнес-тренувань з урахуванням вікових, морфофункціональних і психофізичних особливостей клієнтів. Дисципліна охоплює питання організації заняття, добору вправ, дозування навантаження, контролю техніки виконання і профілактики травматизму. Вивчаються сучасні фітнес-технології, трендові формати занять, технологічні інновації та принципи застосування фітнес-гаджетів і цифрових сервісів у тренувальному процесі.

Здобувачі вивчають: мотиви та потреби людини у сфері фітнес-активності, основи мотиваційної психології; характеристику поняття «імідж» та ключові аспекти, що впливають на формування професійного іміджу фітнес-тренера; засоби створення та підтримання власного іміджу, стилі професійної поведінки, етикет фітнес-тренера; типології особистості, індивідуальні психофізіологічні особливості та їх вплив на вибір стилю комунікації; технології ефективної міжособистісної комунікації та ведення тренувального процесу; професійні Hard skills фітнес-тренера (техніка вправ, складання програм, контроль техніки); Soft skills (комунікація, емпатія, сервісність, лідерство, мотивація клієнтів); основи побудови та просування особистого бренду фітнес-тренера в сучасному інформаційному середовищі.

Формуються уміння: аналізувати індивідуальні мотиви, потреби та цілі особистості, визначати оптимальний напрям фітнес-діяльності для кожного клієнта; мотивувати клієнтів до систематичних занять фітнесом, підтримувати їхню залученість та позитивний тренувальний досвід; формувати у клієнтів культуру здорового способу життя, сприяти підвищенню рівня фізичної активності; розробляти, адаптувати та презентувати фітнес-програми для різних груп населення; застосовувати принципи професійної комунікації та побудови довірливих, безпечних взаємин під час тренувань; демонструвати професійну поведінку, дотримуючись етичних норм, стандартів сервісу та правил безпеки; створювати позитивний імідж та особистий бренд фітнес-тренера,

використовувати сучасні засоби комунікації та самопрезентації.

БК 3. Технологія роботи в тренажерному залі

Навчальна дисципліна спрямована на формування у здобувачів професійних знань та практичних умінь щодо організації, планування і проведення тренувального процесу в тренажерному залі, опанування техніки виконання вправ на тренажерах та з вільними обтяженнями, а також розвитку компетентностей, необхідних для безпечної роботи з клієнтами різного віку, рівня підготовленості та стану здоров'я.

Дисципліна забезпечує глибоке розуміння принципів силового тренування, біомеханіки рухів, методики розвитку силових якостей, функціональної підготовленості та корекції фізичного стану. Здобувачі вивчають сучасні тренажерні технології, обладнання, засоби безпеки, а також принципи ефективного планування індивідуальних та групових занять у тренажерному залі.

Студенти опановують техніку базових і спеціальних силових вправ, навчаються аналізувати рух, коригувати помилки та адаптувати навантаження під потреби клієнта. Значна увага приділяється профілактиці травматизму, контролю техніки виконання, дозуванню навантажень, періодизації тренувань і оцінці фізичної працездатності.

Здобувачі вивчають: будову та принципи роботи сучасних тренажерів; техніку виконання вправ з вільними обтяженнями та на тренажерах; основи біомеханіки та фактори, що впливають на безпечність і ефективність рухів; правила побудови тренувальної програми: мета, інтенсивність, обсяг, частота; методи розвитку сили, витривалості, гіпертрофії, стабілізації та функціональності; принципи періодизації тренувального процесу в силовому тренінгу; організацію простору і безпеки в тренажерному залі, правила роботи з обладнанням; комунікацію тренера з клієнтом, оцінку рівня ризику та адаптацію навантажень.

Формуються уміння: демонструвати техніку виконання базових і спеціальних силових вправ; проводити первинну оцінку фізичного стану клієнта та визначати протипоказання; розробляти індивідуальні та групові програми тренувань для різних цілей; коригувати техніку виконання вправ і запобігати помилкам; забезпечувати безпеку тренувального процесу, попереджувати травматизм; використовувати різноманітне обладнання тренажерного залу відповідно до рівня клієнта; мотивувати клієнтів до систематичних занять і формувати культуру безпечного тренування.

БК 4. Практика у фітнес клубах, секціях з фітнесу.

Практика націлена на забезпечення взаємозв'язку між теоретичними знаннями і практичною діяльністю з впровадження знань в реальний тренувальний процес на сучасному науковому та методичному рівнях. Дана практика дозволяє не тільки закріпити отримані знання, уміння та навички з фітнесу, але, і дає можливість осмислити багатогранність роботи тренера з фітнесу і навчитися її здійснювати, забезпечує набуття необхідних

компетентностей для майбутньої професійної діяльності фітнес тренера.

Метою практики є розширення творчих здібностей самостійного рішення студентами основних педагогічних завдань в сфері фітнесу у поєднанні з формуванням та закріпленням професійно-педагогічних умінь і навичок.

Основні завдання практики: формування мотивацій, інтересу у студентів до майбутньої професії, а також потреби набуття знань і освоєння професійно-педагогічних умінь і навичок в області фітнесу; ознайомлення з організаційно-методичними особливостями фізкультурно-оздоровчої роботи з особами різної фізичної підготовленості, індивідуальними особливостями і функціонального стану; поглиблення і збагачення практичних навичок, які забезпечують вирішення конкретних завдань планування, проведення, контролю і оцінки фізичного стану при проведенні занять з фітнесу.

БК 5. Маркетинг та комунікація у фітнесі

Навчальна дисципліна спрямована на формування у здобувачів системних знань про специфіку маркетингу у фітнес-індустрії та розвиток професійно важливих компетентностей, необхідних для ефективного просування фітнес-послуг, формування лояльності клієнтів, створення конкурентоспроможного іміджу фітнес-тренера та фітнес-клубу.

Здобувачі опановують сучасні концепції маркетингу, діджитал-маркетингу та брендингу у сфері фітнесу, знайомляться з особливостями ринку фітнес-послуг, поведінкою споживачів, системами цінностей і мотивацій клієнтів різного віку, рівня підготовленості та стилю життя.

Студенти вивчають принципи формування маркетингової стратегії фітнес-проектів, засоби комунікації з різними цільовими аудиторіями, інструменти створення якісного контенту, методи розвитку особистого бренду тренера, формування іміджу та репутаційного капіталу. Особливу увагу приділено соціальним мережам, платформам управління клієнтським досвідом, сервіс-комунікації та використанню аналітики для прийняття управлінських рішень.

Здобувачі вивчають: базові та сучасні концепції маркетингу у сфері фітнесу; сегментацію ринку фітнес-послуг, потреби та поведінкові моделі клієнтів; принципи створення маркетингової стратегії, позиціонування та просування послуг; інструменти діджитал-маркетингу: соціальні мережі, таргетинг, контент-маркетинг, воронки продажу; особливості формування іміджу та особистого бренду фітнес-тренера; комунікативні стратегії та сервісні стандарти взаємодії з клієнтами; основи PR, репутаційного менеджменту та створення ціннісної пропозиції у фітнес-індустрії.

Формуються уміння: визначати потреби та мотиви клієнтів, будувати ефективні комунікаційні стратегії; застосовувати інструменти маркетингу для просування фітнес-послуг та розвитку бренду тренера; створювати контент для соціальних мереж, формувати професійний онлайн-профіль; використовувати маркетингові інструменти для підвищення залученості та

лояльності клієнтів; презентувати фітнес-продукти, послуги або програми тренувань; аналізувати ефективність комунікацій та взаємодії з цільовими аудиторіями; будувати довготривалі партнерські відносини з клієнтами на основі сервісу, довіри та професіоналізму.

БК 6. Основи спортивного харчування

Навчальна дисципліна спрямована на формування у здобувачів системних знань про принципи раціонального та спортивного харчування, що забезпечують підтримання здоров'я, оптимізацію фізичної працездатності та досягнення спортивних результатів у різних видах рухової діяльності. Дисципліна забезпечує опанування теоретичних основ нутріціології, розуміння ролі макро- та мікронутрієнтів, водно-сольового балансу, режимів харчування та енергетичного забезпечення організму під час тренувальної та змагальної діяльності.

Студенти вивчають ключові аспекти формування харчової поведінки, оцінки харчових потреб осіб різного віку, рівня фізичної активності та стану здоров'я. Окрему увагу приділено питанням безпечного використання спортивних добавок, оцінці їх ефективності, ризикам контамінації та дотриманню антидопінгових правил.

Здобувачі опановують методи складання індивідуальних та групових планів спортивного харчування, враховуючи цілі клієнта, вид спорту, інтенсивність та періодизацію тренувального процесу. Формуються навички надання рекомендацій щодо оптимізації харчування для підвищення витривалості, сили, відновлення та управління масою тіла.

Здобувачі вивчають: фізіологічні основи енергетичного обміну та принципи роботи метаболічних систем; характеристики макронутрієнтів (білків, жирів, вуглеводів) та їх роль у фізичній працездатності; значення мікронутрієнтів, вітамінів, мінералів, електролітів і антиоксидантів; основи гідратації, водно-сольового балансу та профілактику дегідратації; принципи побудови раціону залежно від виду фізичної активності, періоду тренувань і стану здоров'я; поведінкові аспекти харчування та фактори, що впливають на харчові звички спортсменів; класифікацію спортивних добавок, критерії їх якості та безпеки, антидопінгові вимоги WADA.

Формуються уміння: визначати харчові потреби осіб різного віку та рівня тренуваності; аналізувати харчовий раціон та виявляти його сильні й слабкі сторони; складати індивідуальні та групові програми спортивного харчування; рекомендувати оптимальні режими харчування для силових, витривалих та змішаних навантажень; планувати харчування у передтренувальний, тренувальний та післятренувальний періоди; оцінювати доцільність та безпечність використання спортивних добавок; формувати у здобувачів та клієнтів усвідомлене ставлення до здорового харчування та харчової поведінки.

**Матриця узгодження трудових функцій професійного стандарту
Фітнес тренер, фахових компетенцій та програмних результатів
навчання ОПП А7 (Адаптивний спорт) та А4.11 (Середня освіта.
Фізична культура і фітнес)**

Трудові функції	Фахові компетенції	Програмні результати навчання (ПРН)	Освітні компоненти ОПП А7 (Адаптивний спорт)	Освітні компоненти ОПП А4.11 (Середня освіта. Фізична культура і фітнес)
А1. Здатність проводити збір та аналіз інформації про клієнта А2. Здатність визначати захворювання та стани клієнта, які мають обмеження для участі у руховій активності	ФК.1. Здатність здійснювати комплексну оцінку стану клієнта для забезпечення безпечної та ефективної рухової активності	ПРН.1. Здатний(на) здійснювати комплексну оцінку клієнта, аналізувати отримані дані, визначати можливі обмеження та ризики щодо участі у руховій активності, формулювати висновки про безпеку фізичного навантаження й обґрунтовувати вибір форм, методів і засобів фізичної активності на основі доказових підходів.	Вк.1 , Вк.2, Вк.4 Ок.10, Ок.14	Вк.1 , Вк.2, Вк.4 Ок.9, Ок.4., Ок.6
Б1. Здатність до організації та проведення досліджень з діагностики показників фізичного стану клієнта	ФК.2. Здатність до організації та проведення досліджень з діагностики показників фізичного стану клієнта	ПРН.2. Здатний(на) планувати та проводити комплексну діагностику фізичного стану клієнта, здійснювати вимірювання й аналіз показників за валідними методиками, інтерпретувати результати відповідно до сучасних норм і рекомендацій, формулювати висновки та розробляти обґрунтовані рекомендації для покращення або підтримання фізичного стану, а також використовувати дані діагностики для корекції програм рухової активності та моніторингу прогресу.	Вк.1 , Вк.2, Вк.4 Ок.6, Ок.10, Ок.14	Вк.1 , Вк.2, Вк.4 Ок.9, Ок.4., Ок.5, Ок.6
В2. Здатність розробляти рекомендації для клієнта щодо додаткових засобів підвищення ефективності фітнес-програми В3. Здатність розробляти рекомендації для клієнта щодо режиму харчування	ФК.3. Здатність формувати персоналізовані рекомендації щодо оптимізації способу життя та підвищення ефективності фітнес-програми	ПРН.3. Здатний(на) обґрунтовувати та добирати додаткові засоби підвищення ефективності фітнес-програми, формувати індивідуальні рекомендації щодо харчування, відновлення та управління стресом, а також інтегрувати ці рекомендації у персональний план тренувань клієнта на	Вк.2, Вк.3 , Вк.4, Вк.6, Ок.15	Вк.2, Вк.3 , Вк.4, Вк.6, Ок.4., Ок.6, Ок.10

В4. Здатність розробляти рекомендації для клієнта щодо управління стресом		основі доказових підходів і його індивідуальних потреб.		
Г1. Здатність до проектування, розробки фітнеспрограм та проведення занять для осіб із інвалідністю та обмеженнями повсякденного функціонування з урахуванням їх нозології	ФК.4. Здатність проєктувати, розробляти та проводити фітнес-програми для спеціальних груп населення з урахуванням їхніх потреб, віку, нозології та фізіологічних станів	ПРН.4. Здатний(на) планувати, проєктувати та проводити безпечні й ефективні фітнес-програми для різних спеціальних груп населення - осіб з інвалідністю, дітей і підлітків, вагітних і жінок у післяпологовий період, людей похилого та старечого віку - з урахуванням їх вікових, фізіологічних та нозологічних особливостей, адаптивних методик і міжнародних стандартів, забезпечуючи контроль за реакціями на навантаження та корекцію програм відповідно до динаміки стану клієнтів.	Вк.2, Вк.4, Ок.9, Ок.14	Вк.2, Вк.4, Ок.9, Ок.10
Г2. Здатність до проектування, розробки фітнеспрограм та проведення занять для дітей та підлітків				
Г3. Здатність до проектування, розробки фітнеспрограм та проведення занять для вагітних жінок та жінок у післяпологовий період				
Г4. Здатність до проектування, розробки фітнеспрограм та проведення занять для людей похилого та старечого віку				
Г1. Здатність організовувати та проводити заняття у відповідності до фітнес-програми	ФК.5. Здатність організовувати та проводити заняття відповідно до фітнес-програми, забезпечуючи навчання, контроль техніки та адаптацію вправ у різних типах середовищ	ПРН.5. Здатний(на) планувати й організовувати заняття відповідно до фітнес-програми, демонструвати та навчати правильної техніки виконання вправ, коригувати помилки й дозувати навантаження, адаптувати вправи до індивідуальних можливостей клієнтів, проводити заняття в різних типах середовищ та забезпечувати контроль за реакціями організму для підтримання безпечних умов тренування.	Вк.2, Вк.3, Вк.4, Ок.14	Вк.2, Вк.3, Вк.4, Ок.4., Ок.6, Ок.10
Г2. Здатність проводити навчання та контроль за технікою виконання вправ				
Г3. Здатність проводити заняття в різних типах середовищ				
Д1. Здатність проводити контроль за інтенсивністю та адекватністю фізичних навантажень в процесі заняття	ФК.6. Здатність здійснювати контроль інтенсивності та адекватності фізичних	ПРН.6. Здатний(на) здійснювати контроль інтенсивності та адекватності фізичного навантаження під час тренувального процесу,	Вк.2, Вк.3, Вк.4, Ок.14	Вк.2, Вк.3, Вк.4, Ок.4., Ок.6, Ок.10

Д2. Здатність до внесення змін у тренувальні програми в залежності від реакції на фізичні навантаження	навантажень і своєчасно коригувати тренувальні програми відповідно до реакцій організму клієнта	своєчасно виявляти ознаки надмірного навантаження або небажаних реакцій клієнта, коригувати структуру, обсяги й інтенсивність тренувальних навантажень відповідно до актуального стану клієнта, інтерпретувати дані моніторингу та використовувати їх для подальшого планування тренувань.		
Е1. Здатність дотримуватися правил розпорядку клубу, вимог техніки безпеки, санітарногігієнічних вимог під час занять	ФК.7. Здатність забезпечувати безпечні умови тренувального процесу, дотримуватися встановлених правил та проводити інструктаж клієнтів, включаючи надання першої долікарської допомоги	ПРН.8. Здатний(на) забезпечувати безпечні умови тренувального процесу, дотримуватися правил техніки безпеки, санітарно-гігієнічних норм і внутрішнього розпорядку фітнес-клубу, проводити інструктаж клієнтів щодо безпечної поведінки та користування обладнанням, своєчасно виявляти й усувати небезпечні ситуації, а також надавати першу долікарську допомогу при невідкладних станах та організовувати виклик екстрених служб.	Вк.1, Вк.2, Вк.3, Вк.4, Ок.14	Вк.1, Вк.2, Вк.3, Вк.4, Ок.4, Ок.10
Е2.Здатність дотримуватися правил експлуатації тренажерів, спортивного обладнання, інвентаря				
Е3. Здатність проводити інструктаж для клієнтів щодо внутрішніх правил та розпорядків клубу та безпечного користування обладнанням				
Е4. Здатність надавати першу долікарську допомогу особам під час виникнення у них невідкладних станів				
Є1. Здатність підтримувати високий рівень сервісу в процесі продажу та надання послуг	ФК.8. Здатність здійснювати сервісну, презентаційну та комунікаційну діяльність для залучення клієнтів, продажу та якісного надання фітнес-послуг із використанням сучасних цифрових технологій	ПРН.8. Здатний(на) забезпечувати високий рівень сервісу у взаємодії з клієнтами, проводити ефективну презентацію та продаж фітнес-послуг, активно залучати нових клієнтів через різні комунікаційні канали, використовувати цифрові технології для надання та просування послуг, створювати якісний цифровий контент і оцінювати ефективність маркетингових та комунікаційних активностей з подальшою адаптацією стратегій залучення клієнтів.	Вк.2, Вк.5, Ок.2, Ок.4, Ок.7	Вк.2, Вк.5, Ок.3, Ок.10, Ок.11
Є2. Здатність проводити презентацію та здійснювати продаж фітнеспослуг				
Є3. Здатність активно залучати нових клієнтів через прямі та непрямі канали комунікації				
Є4. Здатність використовувати цифрові технології в процесі продажу та надання фітнес-послуг				

Ж1. Здатність забезпечувати психологічнокомфортну атмосферу при спілкуванні з клієнтом	ФК.9. Здатність забезпечувати психологічно комфортну атмосферу під час спілкування з клієнтом	ПРН.9. Здатний(на) забезпечувати психологічно комфортну та етично виважену взаємодію з клієнтами, демонструючи емпатію та доброзичливість, використовуючи ефективні методи комунікації, адекватно реагуючи на емоційні й мотиваційні труднощі клієнта, формуючи атмосферу довіри й підтримки та запобігаючи конфліктам і стресовим ситуаціям.	Вк.2, Ок.5,	Вк.2, Ок.2
31. Здатність проводити повторні дослідження показників фізичного стану у відповідності до визначених критеріїв ефективності	ФК.10. Здатність здійснювати повторну діагностику фізичного стану, оцінювати ефективність фітнес-програми на основі валідних показників та коригувати управлінські рішення	ПРН.10. Здатний(на) планувати та здійснювати повторні дослідження показників фізичного стану відповідно до визначених критеріїв ефективності, коректно проводити вимірювання та аналізувати динаміку результатів, формулювати висновки щодо ефективності фітнес-програми, ухвалювати обґрунтовані рішення щодо її корекції та презентувати результати клієнту у зрозумілій і мотивуючій формі.	Вк.2, Вк.3, Вк.4, Ок.6, Ок.10	Вк.2, Вк.3, Вк.4, Ок.4, Ок.5
32. Здатність оцінювати ефективність фітнес-програми на основі отриманих показників (оцінка результатів, контроль та корекція управлінських рішень)				
И1. Здатність здійснювати професійну діяльність у відповідності до законодавчих вимог	ФК.11. Здатність здійснювати професійну діяльність відповідно до законодавчих, етичних та організаційних вимог, використовуючи коректну професійну термінологію, ефективну взаємодію з фахівцями суміжних галузей та навички таймменеджменту	ПРН.11. Здатний(на) здійснювати професійну діяльність відповідно до законодавчих, етичних і професійних вимог, використовувати коректну термінологію, ефективно взаємодіяти з фахівцями суміжних галузей, організовувати та оптимізувати власну роботу за допомогою таймменеджменту, демонструючи відповідальність, дисциплінованість і високі стандарти професійної поведінки.	Вк.2, Вк.5, Ок.7, Ок.11	Вк.2, Вк.5, Ок.4, Ок.7
И2. Здатність використовувати термінологію професійної спрямованості				
И3. Здатність взаємодіяти із фахівцями суміжних професій з метою підвищення ефективності тренувального процесу та якості фітнес-послуг				
И4. Здатність діяти на основі етичних міркувань				

И5. Здатність до планування та застосовування практики таймменеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб				
П1. Здатність до пошуку, аналізу та узагальнення інформації з різних джерел для здійснення якісної професійної діяльності І2. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення і саморефлексії для успішної професіоналізації, підвищення рівня своєї конкурентоспроможності	ФК.12. Здатність здійснювати пошук, аналіз і узагальнення інформації з різних джерел для професійної діяльності та забезпечувати власний безперервний професійний розвиток	ПРН.12. Здатний(на) здійснювати ефективний пошук, критичний аналіз і узагальнення інформації з різних джерел для вирішення професійних завдань, планувати власний професійний розвиток, застосовувати інструменти самоосвіти й саморефлексії, демонструвати готовність до безперервного навчання та підвищувати власну конкурентоспроможність шляхом опанування нових компетентностей та участі у професійних заходах.	Вк.2, Вк.5, Ок.1, Ок.4, Ок.7	Вк.2, Вк.5, Ок.1, Ок.4, Ок.6
П1. Здатність планувати та проводити заходи для популяризації рухової активності та здорового способу життя І2. Здатність до формування у клієнта компетентностей здорового способу життя	ФК.13. Здатність планувати та проводити заходи з популяризації рухової активності і здорового способу життя та формувати у клієнтів відповідні компетентності	ПРН.13. Здатний(на) планувати й організовувати заходи з популяризації здорового способу життя та підвищення фізичної активності, створювати освітній і мотиваційний контент у цифрових та офлайн форматах, формувати у клієнтів компетентності здорової поведінки, застосовувати ефективні комунікаційні, психологічні та поведінкові техніки для мотивації клієнтів та оцінювати ефективність проведених заходів і їхній вплив на рівень активності та здорових звичок.	Вк.2, Вк.3, Вк.5, Вк.6, Ок.2, Ок.7, Ок.11, Ок.12, Ок.14	Вк.2, Вк.3, Вк.5, Вк.6, Ок.4, Ок.7, Ок.8, Ок.9, Ок.10
Й1. Здатність проводити оцінювання мотивації клієнта та готовності до змін	ФК.14. Здатність оцінювати мотивацію та готовність клієнта	ПРН.14. Здатний(на) оцінювати мотивацію та готовність клієнта до змін з використанням валідних	Вк.2, Вк.4, Ок.7, Ок.5	Вк.2, Вк.4, Ок.9, Ок.10

Й2. Формування стратегій зміни поведінки клієнта у напрямку здоров'я формування	до змін і формувати ефективні стратегії поведінкових змін у напрямку здорового способу життя	методик, визначати бар'єри та ресурси, розробляти й застосовувати індивідуальні стратегії поведінкових змін, використовувати техніки мотиваційного консультування, супроводжувати клієнта в процесі впровадження змін та оцінювати ефективність реалізованих стратегій із подальшою їх адаптацією.		
К1. Здатність розробляти бізнес-моделі та бізнес-стратегії для фітнестренера	ФК.15. Здатність розробляти бізнес-моделі та бізнес-стратегії фітнес-тренера й впроваджувати ефективні маркетингові стратегії просування фітнес-послуг	ПРН.15. Здатний(на) аналізувати ринок фітнес-послуг, розробляти бізнес-модель і стратегічний план діяльності фітнес-тренера, формувати та впроваджувати ефективні маркетингові стратегії просування послуг у цифровому та офлайн середовищах, використовувати сучасні цифрові інструменти маркетингу, оцінювати ефективність бізнес-рішень і маркетингових кампаній на основі KPI та аналітики та коригувати стратегії відповідно до змін ринку й потреб клієнтів.	Вк.4, Вк.5, Ок.7	Вк.4, Вк.5, Ок.9
К2. Розробляти та впроваджувати маркетингові стратегії просування фітнес-послуг				
Л1. Здатність до виконання функції управління фітнесперсоналом у межах підрозділу	ФК.16. Здатність здійснювати управління фітнес-персоналом у межах підрозділу та забезпечувати умови для його безперервного професійного розвитку	ПРН.16. Здатний(на) планувати, організовувати й контролювати роботу фітнес-персоналу, забезпечувати виконання професійних стандартів і якості послуг, створювати умови для професійного розвитку співробітників, формувати середовище співпраці та обміну досвідом, аналізувати потреби персоналу у зростанні, мотивувати команду до підвищення компетентності та оцінювати ефективність навчальних заходів і їхній вплив на якість фітнес-послуг.	Вк.2, В.5, Ок.7	Вк.4, Вк.5, Ок.9
Л2. Здатність створювати умови для безперервного навчання фітнесперсоналу, обміну досвідом, участі у професійних заходах і курсах, тощо				
М1. Здатність до проведення наукових досліджень з проблем оздоровчого фітнесу та їх впровадження у практичну діяльність	ФК.17. Здатність проводити наукові дослідження у сфері оздоровчого фітнесу та розробляти й	ПРН.17. Здатний(на) проводити наукові дослідження у сфері оздоровчого фітнесу та розробляти й управляти фітнес-проектами,	Вк.2, Ок.6, Ок.17	Вк.2, Ок.5, Ок.14

М2. Здатність розробляти та управляти фітнес-проектами	управляти фітнес-проектами	застосовуючи сучасну методологію, цифрові інструменти збору й аналізу даних, інтерпретуючи результати та формулюючи практичні рекомендації, оцінюючи ефективність проєктів і досліджень на основі статистичних показників та KPI, а також поширюючи отримані результати й впроваджуючи інновації у професійну діяльність.		
--	----------------------------	---	--	--

Деталізація фахових компетенцій та програмних результатів навчання за професійним стандартом «Фітнес тренер» за таксономією Блума

Фахові компетенції	Програмні результати навчання (ПРН)
ФК.1. Здатність здійснювати комплексну оцінку стану клієнта для забезпечення безпечної та ефективної рухової активності Сутність компетентності: Здатність проводити збір, аналіз і інтерпретацію даних про клієнта, визначати наявні захворювання, стани та індивідуальні обмеження, що можуть впливати на участь у руховій активності, та використовувати ці дані для прийняття обґрунтованих рішень щодо побудови програм фізичних вправ.	ПРН.1. Здатний(на) здійснювати комплексну оцінку клієнта, аналізувати отримані дані, визначати можливі обмеження та ризики щодо участі у руховій активності, формулювати висновки про безпеку фізичного навантаження й обґрунтовувати вибір форм, методів і засобів фізичної активності на основі доказових підходів. РН 1. Пояснює принципи, методи та етичні норми збору інформації про клієнта (анамнез, спосіб життя, фактори ризику). РН 2. Здійснює аналіз отриманих даних з використанням сучасних методів первинної функціональної оцінки. РН 3. Визначає захворювання, стани та фактори ризику, що обмежують або модифікують участь у руховій активності. РН 4. Формулює висновки про рівень безпеки фізичного навантаження та потребу в адаптації програми. РН 5. Обґрунтовує вибір форм, методів і засобів фізичної активності відповідно до стану клієнта та доказових рекомендацій.
ФК.2. Здатність до організації та проведення досліджень з діагностики показників фізичного стану клієнта Сутність компетентності: Здатність планувати, організовувати та здійснювати дослідження для всебічної діагностики фізичного стану клієнта із застосуванням валідних методів та інструментів оцінювання, інтерпретувати результати та використовувати їх для прийняття рішень щодо рівня рухової активності, навантажень та корекції індивідуальних програм.	ПРН.2. Здатний(на) планувати та проводити комплексну діагностику фізичного стану клієнта, здійснювати вимірювання й аналіз показників за валідними методиками, інтерпретувати результати відповідно до сучасних норм і рекомендацій, формулювати висновки та розробляти обґрунтовані рекомендації для покращення або підтримання фізичного стану, а також використовувати дані діагностики для корекції програм рухової активності та моніторингу прогресу. РН 1. Пояснює методи, принципи та критерії вибору засобів діагностики фізичного стану. РН 2. Планує дослідження та обирає адекватні методики оцінювання (антропометричні, функціональні, моторні, фізіологічні). РН 3. Проводить вимірювання показників фізичного стану з дотриманням стандартів і правил безпеки. РН 4. Аналізує, інтерпретує та узагальнює результати досліджень із використанням сучасних норм і рекомендацій. РН 5. Формулює висновки про рівень фізичного стану та обґрунтовує рекомендації щодо його покращення чи підтримання. РН 6. Використовує результати діагностики для корекції програм рухової активності та моніторингу прогресу.
ФК.3. Здатність формувати персоналізовані рекомендації щодо оптимізації способу життя та підвищення ефективності фітнес-програми Сутність компетентності: Здатність розробляти науково обґрунтовані	ПРН.3. Здатний(на) обґрунтовувати та добирати додаткові засоби підвищення ефективності фітнес-програми, формувати індивідуальні рекомендації щодо харчування, відновлення та управління стресом, а також інтегрувати ці рекомендації у персональний план тренувань клієнта на основі доказових підходів і його індивідуальних потреб. РН 1. Пояснює принципи доказових підходів до використання додаткових засобів підвищення ефективності фітнес-програми (відновлення, мобільність, засоби контролю навантаження тощо). РН 2. Аналізує потреби клієнта та добирає додаткові засоби оптимізації тренувального процесу (режими відновлення,

індивідуальні рекомендації для клієнта щодо додаткових засобів підвищення ефективності тренувального процесу, раціонального режиму харчування та стратегій управління стресом, з урахуванням індивідуальних потреб, стану здоров'я та цілей рухової активності.	гідратація, ведення щоденника активності, моніторинг пульсу тощо). РН 3. Пояснює принципи раціонального харчування та визначає індивідуальні рекомендації відповідно до цілей клієнта (зниження маси, підтримання, нарощення м'язової маси, підвищення витривалості). РН 4. Розробляє персоналізовані поради щодо режиму харчування з урахуванням рівня фізичної активності, стану здоров'я та способу життя. РН 5. Пояснює механізми розвитку стресу та його вплив на фізичну працездатність, здоров'я й результати тренувань. РН 6. Формулює індивідуальні рекомендації щодо управління стресом (дихальні техніки, релаксація, режим відновлення, фізична активність низької інтенсивності). РН 7. Інтегрує комплексні поради щодо харчування, відновлення та управління стресом у структуру персональної фітнес-програми клієнта.
ФК.4. Здатність проєктувати, розробляти та проводити фітнес-програми для спеціальних груп населення з урахуванням їхніх потреб, віку, нозології та фізіологічних станів Сутність компетентності: Здатність створювати індивідуалізовані та безпечні програми фізичної активності й фітнесу для різних категорій населення — осіб з інвалідністю та обмеженнями повсякденного функціонування, дітей і підлітків, вагітних жінок та жінок у післяпологовий період, людей похилого й старечого віку — з урахуванням їхніх фізичних, психофізіологічних особливостей, стану здоров'я та доказових рекомендацій.	ПРН.4. Здатний(на) планувати, проєктувати та проводити безпечні й ефективні фітнес-програми для різних спеціальних груп населення — осіб з інвалідністю, дітей і підлітків, вагітних і жінок у післяпологовий період, людей похилого та старечого віку — з урахуванням їх вікових, фізіологічних та нозологічних особливостей, адаптивних методик і міжнародних стандартів, забезпечуючи контроль за реакціями на навантаження та корекцію програм відповідно до динаміки стану клієнтів. РН 1. Пояснює вікові, фізіологічні та нозологічні особливості різних груп клієнтів, що впливають на вибір засобів і методів тренування. РН 2. Обирає безпечні форми рухової активності відповідно до функціональних можливостей і стану здоров'я спеціальних груп населення. РН 3. Проєктує індивідуальні фітнес-програми для осіб з інвалідністю та обмеженнями повсякденного функціонування з урахуванням адаптивних методик і міжнародних стандартів. РН 4. Розробляє програми занять для дітей і підлітків, враховуючи вікові сенситивні періоди, безпеку та педагогічні принципи. РН 5. Створює фітнес-програми для вагітних та жінок у післяпологовий період з урахуванням протипоказань, триместру вагітності, стану тазового дна та рекомендацій ACOG/WHO. РН 6. Розробляє програми для людей похилого та старечого віку, орієнтовані на профілактику падінь, підтримання балансу, сили, витривалості та когнітивних функцій. РН 7. Проводить заняття, забезпечуючи безпеку, дозування навантажень і контроль за реакціями клієнтів різних груп ризику. РН 8. Коригує тренувальні плани відповідно до динаміки стану клієнтів та результатів моніторингу.
ФК.5. Здатність організовувати та проводити заняття відповідно до фітнес-програми, забезпечуючи навчання, контроль техніки та адаптацію вправ у різних типах середовищ Сутність компетентності: Здатність здійснювати організацію та	ПРН.5. Здатний(на) планувати й організовувати заняття відповідно до фітнес-програми, демонструвати та навчати правильної техніки виконання вправ, коригувати помилки й дозувати навантаження, адаптувати вправи до індивідуальних можливостей клієнтів, проводити заняття в різних типах середовищ та забезпечувати контроль за реакціями організму для підтримання безпечних умов тренування. РН 1. Планує та організовує заняття відповідно до структури та цілей фітнес-програми. РН 2. Демонструє коректну техніку виконання вправ і пояснює ключові біомеханічні та безпекові аспекти. РН 3. Забезпечує навчання техніці виконання вправ із застосуванням ефективних методів інструктажу та зворотного

проведення занять згідно з індивідуальною або груповою фітнес-програмою, навчати клієнтів техніці виконання вправ, здійснювати корекцію та контроль рухових дій, а також ефективно проводити заняття в різних умовах і середовищах (зал, вулиця, вода, онлайн тощо), забезпечуючи безпеку та досягнення тренувальних цілей.	зв'язку. РН 4. Коригує помилки, управляє інтенсивністю та навантаженням відповідно до можливостей клієнта. РН 5. Проводить заняття у різних типах середовищ (фітнес-зал, відкритий простір, вода, онлайн-тренування) з урахуванням специфіки обладнання, покриття, умов безпеки. РН 6. Адаптує вправи до індивідуальних потреб, рівня підготовленості та стану клієнтів. РН 7. Забезпечує контроль за реакцією організму клієнтів і підтримує безпечні умови тренування.
ФК.6. Здатність здійснювати контроль інтенсивності та адекватності фізичних навантажень і своєчасно коригувати тренувальні програми відповідно до реакцій організму клієнта Сутність компетентності: Здатність відстежувати фізіологічні та поведінкові реакції клієнта на фізичне навантаження під час заняття, визначати рівень інтенсивності та її відповідність індивідуальним можливостям, а також вносити обґрунтовані зміни в тренувальні програми з метою забезпечення безпеки, ефективності та прогресії тренувального процесу.	ПРН.6. Здатний(на) здійснювати контроль інтенсивності та адекватності фізичного навантаження під час тренувального процесу, своєчасно виявляти ознаки надмірного навантаження або небажаних реакцій клієнта, коригувати структуру, обсяги й інтенсивність тренувальних навантажень відповідно до актуального стану клієнта, інтерпретувати дані моніторингу та використовувати їх для подальшого планування тренувань. РН 1. Пояснює методи оцінювання інтенсивності та адекватності фізичного навантаження (ЧСС, RPE, спостереження за технікою, показники втоми). РН 2. Здійснює оперативний контроль інтенсивності навантаження під час заняття, використовуючи відповідні інструменти моніторингу. РН 3. Визначає ознаки надмірного навантаження, неадекватної техніки або небажаних реакцій клієнта. РН 4. Коригує структуру, обсяги, інтенсивність та зміст тренувального навантаження відповідно до актуального стану клієнта. РН 5. Вносить обґрунтовані зміни в тренувальну програму з урахуванням динаміки адаптації, прогресу чи проявів перевтоми. РН 6. Інтерпретує дані моніторингу та використовує їх для планування подальших тренувань.
ФК.7. Здатність забезпечувати безпечні умови тренувального процесу, дотримуватися встановлених правил та проводити інструктаж клієнтів, включаючи надання першої долікарської допомоги Сутність компетентності: Здатність дотримуватися внутрішніх правил і процедур фітнес-клубу, вимог техніки безпеки та санітарно-гігієнічних норм; забезпечувати правильну експлуатацію тренажерів, обладнання та інвентаря; проводити клієнтам обов'язковий інструктаж щодо безпечної	ПРН.7. Здатний(на) забезпечувати безпечні умови тренувального процесу, дотримуватися правил техніки безпеки, санітарно-гігієнічних норм і внутрішнього розпорядку фітнес-клубу, проводити інструктаж клієнтів щодо безпечної поведінки та користування обладнанням, своєчасно виявляти й усувати небезпечні ситуації, а також надавати першу долікарську допомогу при невідкладних станах та організовувати виклик екстрених служб. РН 1. Пояснює правила техніки безпеки, санітарно-гігієнічні норми та внутрішній розпорядок фітнес-клубу. РН 2. Дотримується вимог безпеки та правил експлуатації тренажерів, обладнання й інвентаря під час організації та проведення занять. РН 3. Проводить вступний та поточний інструктаж клієнтів щодо правил поведінки, користування обладнанням та особливостей безпеки. РН 4. Виявляє небезпечні ситуації та ризики у тренувальному середовищі та своєчасно усуває їх. РН 5. Демонструє алгоритм дій при типових невідкладних станах (непритомність, травми, гіпоглікемія, гіпертонічний криз, тепловий удар тощо).

поведінки та користування обладнанням; а також надавати першу долікарську допомогу при невідкладних станах, що можуть виникнути під час тренувального процесу.	РН 6. Надає першу долікарську допомогу відповідно до сучасних протоколів та стандартів. РН 7. Викликає екстрені служби та організовує допомогу постраждалому до прибуття медиків.
ФК.8. Здатність здійснювати сервісну, презентаційну та комунікаційну діяльність для залучення клієнтів, продажу та якісного надання фітнес-послуг із використанням сучасних цифрових технологій Сутність компетентності: Здатність забезпечувати високий рівень сервісу у взаємодії з клієнтами; професійно презентувати та продавати фітнес-послуги; активно залучати нових клієнтів через різні комунікаційні канали; застосовувати цифрові інструменти для просування, продажу, організації та надання фітнес-послуг.	ПРН.8. Здатний(на) забезпечувати високий рівень сервісу у взаємодії з клієнтами, проводити ефективну презентацію та продаж фітнес-послуг, активно залучати нових клієнтів через різні комунікаційні канали, використовувати цифрові технології для надання та просування послуг, створювати якісний цифровий контент і оцінювати ефективність маркетингових та комунікаційних активностей з подальшою адаптацією стратегій залучення клієнтів. РН 1. Пояснює принципи сервісної взаємодії, клієнтоорієнтованості та професійної етики в індустрії фітнесу. РН 2. Демонструє високий рівень сервісу під час комунікації та взаємодії з клієнтами на всіх етапах надання послуг. РН 3. Проводить ефективну презентацію фітнес-послуг із використанням аргументованого, орієнтованого на потреби клієнта підходу. РН 4. Здійснює продаж фітнес-послуг, використовуючи техніки консультування, роботи із запереченнями та вибору оптимальної пропозиції для клієнта. РН 5. Активно залучає нових клієнтів через прямі (особисті зустрічі, рекомендації, партнерства) та непрямі (соцмережі, контент, події) канали комунікації. РН 6. Використовує цифрові технології (CRM-системи, онлайн-платформи, соціальні мережі, мобільні застосунки) для продажу, планування та надання фітнес-послуг. РН 7. Створює якісний цифровий контент для формування професійного іміджу, інформування клієнтів та просування послуг. РН 8. Оцінює ефективність комунікаційних і маркетингових активностей та адаптує стратегії залучення клієнтів.
ФК.9. Здатність забезпечувати психологічно комфортну атмосферу під час спілкування з клієнтом Сутність компетентності: Здатність створювати доброзичливу, підтримувальну та довірливу атмосферу у взаємодії з клієнтом, застосовувати принципи професійної етики, ефективної комунікації та емпатії з метою формування позитивного емоційного клімату, мотивації до занять та підвищення якості надання фітнес-послуг.	ПРН.9. Здатний(на) забезпечувати психологічно комфортну та етично виважену взаємодію з клієнтами, демонструючи емпатію та доброзичливість, використовуючи ефективні методи комунікації, адекватно реагуючи на емоційні й мотиваційні труднощі клієнта, формуючи атмосферу довіри й підтримки та запобігаючи конфліктам і стресовим ситуаціям. РН 1. Пояснює принципи психологічної безпеки, емоційної підтримки та професійної етики у роботі з клієнтами. РН 2. Демонструє емпатію, доброзичливість та коректність під час спілкування з клієнтами різного віку, рівня підготовки та психоемоційного стану. РН 3. Використовує прийоми ефективної комунікації (активне слухання, уточнення, невербальні сигнали) для створення позитивного контакту. РН 4. Уміло реагує на емоційні, поведінкові та мотиваційні труднощі клієнта, підтримує конструктивну взаємодію. РН 5. Формує атмосферу психологічного комфорту під час занять, презентацій, консультування та супроводу клієнта. РН 6. Запобігає конфліктним ситуаціям та ескалації стресу через професійну комунікацію й етичну поведінку.
ФК.10. Здатність здійснювати повторну діагностику фізичного стану, оцінювати	РН.Х. Здатний(на) планувати та здійснювати повторні дослідження показників фізичного стану відповідно до визначених критеріїв ефективності, коректно проводити вимірювання та аналізувати динаміку результатів,

ефективність фітнес-програми на основі валідних показників та коригувати управлінські рішення Сутність компетентності: Здатність планувати та проводити повторні вимірювання показників фізичного стану відповідно до визначених критеріїв ефективності; інтерпретувати динаміку даних, оцінювати досягнення цілей фітнес-програми і своєчасно вносити зміни в програму, тактику ведення клієнта та організаційні (управлінські) рішення для підвищення результативності та безпеки.	формулювати висновки щодо ефективності фітнес-програми, ухвалювати обґрунтовані рішення щодо її корекції та презентувати результати клієнту у зрозумілій і мотивуючій формі. РН 1. Обґрунтовує добір критеріїв ефективності та показників (КРІ, цільові метрики) з урахуванням мети програми та профілю клієнта. РН 2. Планує графік та протокол повторних досліджень (стандартизація умов, інструментів, процедур). РН 3. Проводить повторні вимірювання за валідними методиками та фіксує дані коректно і відтворювано. РН 4. Порівнює результати з базовими значеннями/нормативами, аналізує динаміку (мінімально значущі зміни, тенденції). РН 5. Формулює висновки про ефективність фітнес-програми та чинники, що впливають на результат. РН 6. Приймає рішення щодо корекції програми (цілей, обсягу, інтенсивності, методів) і сервісних/організаційних аспектів надання послуги. РН 7. Презентує клієнту результати моніторингу зрозуміло і мотивуюче, погоджує подальший план.
ФК.11. Здатність здійснювати професійну діяльність відповідно до законодавчих, етичних та організаційних вимог, використовуючи коректну професійну термінологію, ефективну взаємодію з фахівцями суміжних галузей та навички таймменеджменту Сутність компетентності: Здатність діяти у межах чинного законодавства та професійних стандартів; коректно застосовувати спеціалізовану термінологію; здійснювати міждисциплінарну взаємодію для підвищення якості фітнес-послуг; приймати рішення на основі етичних принципів; раціонально організовувати особистий та професійний час, забезпечуючи ефективність тренувального процесу та своєї діяльності.	ПРН.11. Здатний(на) здійснювати професійну діяльність відповідно до законодавчих, етичних і професійних вимог, використовувати коректну термінологію, ефективно взаємодіяти з фахівцями суміжних галузей, організовувати та оптимізувати власну роботу за допомогою таймменеджменту, демонструючи відповідальність, дисциплінованість і високі стандарти професійної поведінки. РН 1. Пояснює основні законодавчі акти, норми та професійні стандарти, що регулюють діяльність у сфері фітнесу, оздоровлення і спорту. РН 2. Використовує коректну професійну термінологію у комунікації, документації та взаємодії з клієнтами і колегами. РН 3. Взаємодіє з фахівцями суміжних галузей (медики, фізичні терапевти, психологи, дієтологи) для підвищення ефективності тренувального процесу та безпеки клієнтів. РН 4. Приймає рішення та поводить відповідно до етичних норм, професійної відповідальності та принципів конфіденційності. РН 5. Планує власну професійну діяльність, розставляє пріоритети та застосовує інструменти таймменеджменту. РН 6. Використовує ефективні методи організації робочих процесів для оптимізації часу тренувань, планування занять і взаємодії з клієнтами. РН 7. Демонструє відповідальність, пунктуальність, дисциплінованість та здатність підтримувати високі стандарти професійної поведінки.
ФК.12. Здатність здійснювати пошук, аналіз і узагальнення інформації з різних джерел для професійної діяльності та забезпечувати власний безперервний	ПРН.12. Здатний(на) здійснювати ефективний пошук, критичний аналіз і узагальнення інформації з різних джерел для вирішення професійних завдань, планувати власний професійний розвиток, застосовувати інструменти самоосвіти й саморефлексії, демонструвати готовність до безперервного навчання та підвищувати власну конкурентоспроможність шляхом опанування нових компетентностей та участі у професійних заходах.

професійний розвиток Сутність компетентності: Здатність ефективно знаходити, критично оцінювати, систематизувати та узагальнювати інформацію з наукових, цифрових, професійних і практичних джерел; а також здатність до самоосвіти, саморозвитку й саморефлексії з метою постійного підвищення кваліфікації, професіоналізації діяльності та конкурентоспроможності фахівця у сфері фітнесу та фізичної культури.	РН 1. Використовує різноманітні джерела інформації (наукові бази, професійні ресурси, цифрові платформи) для вирішення професійних завдань. РН 2. Оцінює валідність, надійність та релевантність інформації, застосовує критичне мислення. РН 3. Узагальнює інформацію, формулює висновки та рекомендації для практичної діяльності. РН 4. Планує власний професійний розвиток та визначає індивідуальну траєкторію самоосвіти. РН 5. Використовує інструменти саморефлексії (професійний щоденник, самооцінювання, зворотний зв'язок) для підвищення якості роботи. РН 6. Демонструє готовність до безперервного навчання, опанування нових технологій і адаптації до змін галузі. РН 7. Підвищує власну конкурентоспроможність через набуття нових компетентностей, сертифікацію, участь у тренінгах, конференціях, семінарах.
ФК.13. Здатність планувати та проводити заходи з популяризації рухової активності і здорового способу життя та формувати у клієнтів відповідні компетентності Сутність компетентності: Здатність ініціювати, планувати, організовувати та реалізовувати освітні, тренувальні й інформаційно-комунікаційні заходи, спрямовані на популяризацію рухової активності та здорового способу життя серед різних груп населення; а також здатність формувати у клієнтів компетентності, необхідні для усвідомленого, безпечного й тривалого підтримання здорової поведінки.	ПРН.13. Здатний(на) планувати й організовувати заходи з популяризації здорового способу життя та підвищення фізичної активності, створювати освітній і мотиваційний контент у цифрових та офлайн форматах, формувати у клієнтів компетентності здорової поведінки, застосовувати ефективні комунікаційні, психологічні та поведінкові техніки для мотивації клієнтів та оцінювати ефективність проведених заходів і їхній вплив на рівень активності та здорових звичок. РН 1. Пояснює концепції здорового способу життя, принципи формування корисних звичок та значення регулярної рухової активності. РН 2. Планує та організовує заходи, спрямовані на підвищення рівня фізичної активності (майстер-класи, тренування, інформаційні кампанії, челенджі, лекції). РН 3. Розробляє контент та інформаційні матеріали для популяризації ЗСЖ у цифровому та офлайн форматах. РН 4. Проводить освітні й мотиваційні заходи з урахуванням вікових, психофізіологічних і соціальних особливостей клієнтів. РН 5. Формує у клієнтів компетентності здорового способу життя (самоконтроль, планування активності, відповідальність за власне здоров'я, підтримання здорових звичок). РН 6. Мотивує клієнтів до підвищення рівня активності, застосовуючи ефективні комунікаційні, психологічні та поведінкові техніки. РН 7. Оцінює ефективність проведених заходів та їх вплив на поведінку, мотивацію та рівень фізичної активності клієнтів.
ФК.14. Здатність оцінювати мотивацію та готовність клієнта до змін і формувати ефективні стратегії поведінкових змін у напрямку здорового способу життя Сутність компетентності: Здатність проводити оцінювання	ПРН.14. Здатний(на) оцінювати мотивацію та готовність клієнта до змін з використанням валідних методик, визначати бар'єри та ресурси, розробляти й застосовувати індивідуальні стратегії поведінкових змін, використовувати техніки мотиваційного консультування, супроводжувати клієнта в процесі впровадження змін та оцінювати ефективність реалізованих стратегій із подальшою їх адаптацією. РН 1. Пояснює ключові підходи до оцінювання мотивації та готовності клієнтів до змін (Транстеоретична модель, Self-Determination Theory тощо).

мотиваційного стану клієнта, визначати рівень готовності до змін, аналізувати бар'єри та ресурси, а також розробляти й реалізовувати персоналізовані стратегії зміни поведінки, спрямовані на формування та підтримання здорового способу життя.	РН 2. Застосовує валідні методики для визначення рівня мотивації та готовності клієнта (анкети, опитувальники, інтерв'ювання). РН 3. Визначає внутрішні та зовнішні бар'єри, які перешкоджають зміні поведінки, та ідентифікує ресурси клієнта. РН 4. Розробляє індивідуальні стратегії зміни поведінки (постановка цілей, поведінкові тригери, плани дій, моніторинг). РН 5. Використовує техніки мотиваційного консультування для формування внутрішньої мотивації клієнта. РН 6. Підтримує клієнта у процесі впровадження змін, забезпечує супровід, контроль і корекцію поведінкових стратегій. РН 7. Оцінює ефективність реалізованих стратегій та за потреби адаптує подальший план змін.
ФК.15. Здатність розробляти бізнес-моделі та бізнес-стратегії фітнес-тренера й впроваджувати ефективні маркетингові стратегії просування фітнес-послуг Сутність компетентності: Здатність формувати конкурентоспроможну бізнес-модель діяльності фітнес-тренера, визначати стратегічні напрями розвитку, розробляти й реалізовувати маркетингові стратегії просування фітнес-послуг з використанням сучасних інструментів брендингу, цифрового маркетингу, аналізу ринку та управління клієнтською базою.	ПРН.15. Здатний(на) аналізувати ринок фітнес-послуг, розробляти бізнес-модель і стратегічний план діяльності фітнес-тренера, формувати та впроваджувати ефективні маркетингові стратегії просування послуг у цифровому та офлайн середовищах, використовувати сучасні цифрові інструменти маркетингу, оцінювати ефективність бізнес-рішень і маркетингових кампаній на основі KPI та аналітики та коригувати стратегії відповідно до змін ринку й потреб клієнтів. РН 1. Пояснює принципи бізнес-моделювання (CANVAS, Lean-model, модель ціннісної пропозиції) та їх застосування у сфері персонального тренінгу й фітнес-послуг. РН 2. Аналізує ринок фітнес-послуг, визначає конкурентів, цільові сегменти та потреби клієнтів. РН 3. Розробляє власну бізнес-модель діяльності фітнес-тренера (цінність, продуктова лінійка, канали збуту, структура доходів і витрат). РН 4. Формує бізнес-стратегію розвитку (позиціонування, стратегічні цілі, розвиток бренду, клієнтська стратегія). РН 5. Розробляє маркетингові стратегії просування фітнес-послуг у цифровому та офлайн середовищах (SMM, таргетинг, контент-маркетинг, партнерства). РН 6. Використовує цифрові інструменти маркетингу (CRM, аналітика, соціальні мережі, лендинги, email-маркетинг). РН 7. Оцінює ефективність маркетингових кампаній і бізнес-рішень на основі KPI, аналітики та відгуків клієнтів. РН 8. Коригує бізнес-стратегії відповідно до змін ринку, попиту, власної клієнтської бази та тенденцій галузі.
ФК.16. Здатність здійснювати управління фітнес-персоналом у межах підрозділу та забезпечувати умови для його безперервного професійного розвитку Сутність компетентності: Здатність організовувати діяльність фітнес-персоналу, координувати роботу підрозділу, делегувати завдання та контролювати їх виконання; створювати сприятливі умови для професійного зростання співробітників через навчання, обмін досвідом, участь у курсах, тренінгах та інших	ПРН.16. Здатний(на) планувати, організовувати й контролювати роботу фітнес-персоналу, забезпечувати виконання професійних стандартів і якості послуг, створювати умови для професійного розвитку співробітників, формувати середовище співпраці та обміну досвідом, аналізувати потреби персоналу у зростанні, мотивувати команду до підвищення компетентності та оцінювати ефективність навчальних заходів і їхній вплив на якість фітнес-послуг. РН 1. Пояснює принципи та сучасні підходи до управління персоналом у сфері фітнесу. РН 2. Планує та організовує роботу фітнес-персоналу, визначає ролі, обов'язки та очікувані результати діяльності. РН 3. Здійснює контроль якості роботи персоналу, забезпечує виконання стандартів і правил фітнес-клубу. РН 4. Створює умови для професійного розвитку фітнес-персоналу (навчання, стажування, внутрішні тренінги, наставництво). РН 5. Формує середовище співпраці, обміну досвідом та командної взаємодії. РН 6. Аналізує потреби підлеглих у розвитку та визначає індивідуальні траєкторії зростання. РН 7. Мотивує персонал до підвищення професійної компетентності та впровадження кращих практик.

формах безперервного розвитку.	РН 8. Оцінює ефективність навчальних заходів та їхній вплив на якість фітнес-послуг.
ФК.17. Здатність проводити наукові дослідження у сфері оздоровчого фітнесу та розробляти й управляти фітнес-проектами Сутність компетентності: Здатність здійснювати наукові дослідження з актуальних проблем оздоровчого фітнесу, аналізувати отримані результати та впроваджувати їх у практичну діяльність; а також здатність розробляти, планувати, реалізовувати та управляти фітнес-проектами різного масштабу, забезпечуючи їхню ефективність, інноваційність та відповідність потребам цільової аудиторії.	ПРН.17. Здатний(на) проводити наукові дослідження у сфері оздоровчого фітнесу та розробляти й управляти фітнес-проектами, застосовуючи сучасну методологію, цифрові інструменти збору й аналізу даних, інтерпретуючи результати та формулюючи практичні рекомендації, оцінюючи ефективність проєктів і досліджень на основі статистичних показників та KPI, а також поширюючи отримані результати й впроваджуючи інновації у професійну діяльність. РН 1. Пояснює методологію наукових досліджень у сфері фізичної культури та оздоровчого фітнесу. РН 2. Проводить наукові дослідження (формулювання гіпотези, вибір методів, збір даних, статистичний аналіз). РН 3. Інтерпретує результати дослідження та формулює практичні рекомендації для впровадження у тренувальну діяльність. РН 4. Розробляє фітнес-проекти (аналіз ринку, цільова аудиторія, мета, структура, ресурси, бюджет). РН 5. Управляє реалізацією фітнес-проектів (планування, командна взаємодія, контроль виконання, моніторинг результатів). РН 6. Використовує цифрові інструменти для збору та аналізу даних у дослідженнях і для управління фітнес-проектами. РН 7. Оцінює ефективність досліджень і реалізованих фітнес-проектів на основі KPI, статистичних показників та зворотного зв'язку. РН 8. Поширює результати наукових досліджень (презентації, публікації, методичні рекомендації) та інтегрує інновації у професійну діяльність.

Література

Основна:

1. Академія фітнесу - Україна [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://fitnessacademy.com.ua/>.
2. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення : монографія / О. В. Андреева. - К. : Поліграфсервіс, 2014. - 280 с.
3. Беляк Ю., Грибовська І., Музика Ф., Іваночко В., Чеховська Л. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу : навч. посіб. - Львів : ЛДУФК, 2018. - 208 с.
4. Воловик Н. Основи оздоровчого фітнесу: Навчальний посібник. - К.: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. - 240 с.
5. Воловик Н.І. Навчальний посібник «Сучасні програми оздоровчого фітнесу» для студентів вищих педагогічних навчальних закладів. - К.: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. - 48 с.
6. Дубогай О. Д., Євтушок М. В. Довідник основних понять та термінів з оздоровчої фізичної культури, реабілітації та здоров'язберігаючих технологій. Київ, 2007. 69 с.
7. Маляр Н.С. Оздоровчий фітнес: Методичні рекомендації / Н.С. Маляр, Е.І. Маляр. - Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2019. - 41 с.
8. Огнистий А.В. Оздоровчі види гімнастики. Методичні рекомендації - Тернопіль ТДПУ, 2004. - 52 с.
9. Огнистий А.В., Огниста К.М. Програма занять оздоровчим фітнесом. - Тернопіль: „ТАЙП”, 2013. - 12 с.
10. Огнистий А.В. Оздоровча фізична культура з основами професійно-прикладної фізичної підготовки: навч. посібн. / [А.В.Огнистий, К.М.Огниста, Е.І.Маляр, Н.С.Маляр, М.В.Божик] : за заг. ред.А.В.Огнистого. - Тернопіль: СМТ «ТАЙП», 2015. - 230 с.
11. Оздоровчий фітнес у фізичному вихованні студентів навчальної секції фізичної реабілітації : навч. посіб. / Вікторія Іваночко, Ірина Грибовська, Федір Музика. - Л. : ЛДУФК, 2014. - 128 С.
12. Оздоровчо-рекреаційні технології : навч. посів. І Любов Чеховська, Ольга Жданова, Ірина Грибовська, Мирослава Данилевич, Уляна Шевців. - Львів : ЛДУФК, 2019. - 220 с.
13. Олексієнко Я.І. Теорія, види та технології оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності : навч.-метод. посіб. / Я. І. Олексієнко, П. М. Гунько. - Черкаси : ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2018. - 260 с.
14. Онопрієнко О.В., Онопрієнко О.М., Биченко В.І. Основи атлетизму та сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні. Навчально-методичний посібник. - Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2015. - 119 с.
15. Сергієнко Л.П. Комплексне тестування рухових здібностей людини : навч. посіб. / Л. П. Сергієнко. - Миколаїв: УДМТУ, 2001. - 360 с.
16. Синиця С. В. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення : навч. посіб. / С. В. Синиця, Л. Є. Шестерова. - Полтава : Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка, 2011. - 236 с.

17. Стеценко А. І. Теорія і методика атлетизму: навчальний посібник / А. І. Стеценко, П. М. Гунько. – Черкаси: Видавничий відділ Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, 2011. – 216 с.
18. Тулайдан В.Г. Оздоровчий фітнес. – Львів, «Фест-Прінт». 2020. – 139 с.
19. Усатова І.А. Сучасні фітнес-технології, як засіб виконання завдань з фізичного виховання для студентів з порушенням у стані здоров'я: навч.-метод. посіб. / І. А. Усатова, С. В. Цаподой. – Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2014. – 88 с.
20. Школа О. М. Сучасні фітнес-технології оздоровчо-рекреаційної спрямованості: навчальний посібник / О. М. Школа, А. В. Осіпцов; Комунальний заклад «ХГПА» ХОР. – Харків, 2017. – 217 с.
21. ACSM'S Health/Fitness Facility Standards and Guidelines. – 3th ed. – Champaign: Human Kinetics, 2007. – 216 pp.
22. ACSM's health-related physical fitness assessment manual / American college of sport medicine; G. B. Dwyer, S. E. Davis. – 2nd ed. – Philadelphia [etc.] : Wolters Kluwer ; Lippincott Williams & Wilkins, 2008. – XIV, 192 pp.
23. Brooks D.S. The Complete Book of Personal Trainer / D.S. Brooks. – Champaign: Human Kinetics, 2004. – 590 pp.
24. Fitness for college and life / William E. Prentice. – 5th ed. – WCB/McGrawHill, 1997. – 451 pp.
25. Sharkey B.J. Fitness and Health: [aerobic fitness, muscular fitness, nutrition, weight control] / B.J. Sharkey, S.E. Gaskill. – 6th ed. – Champaign: Human Kinetics, 2007. – 430 pp.
26. Swain D. Exercise Prescription A Case Study Approach to the ACSM Guidelines / D. Swain, B. Leutholtz. – 2th ed. – Champaign: Human Kinetics, 2007. – 208 pp.

Допоміжна:

27. Апанасенко Г. Л., Волгіна Л. Н., Бушуєв Ю. В. Експрес-скринінг рівня соматичного здоров'я дітей та підлітків : метод. реком. Київ, 2000. 12 с.
28. Гетман В. О. Методологічні та організаційні засади оздоровлення людини: навч. посіб. / В. О. Гетман, Ю. В. Новицький, О. П. Питомець. – К. : Основа, 2009. – 200 с.
29. Огнистий А.В. Оздоровча фізична культура з основами професійно-прикладної фізичної підготовки: навч. посібн. / [А.В.Огнистий, К.М.Огниста, Е.І.Маляр, Н.С.Маляр, М.В.Божик] : за заг. ред.А.В.Огнистого. – Тернопіль: СМТ «ТАЙП», 2015. – 230 с.
30. Теорія і методика фізичного виховання / під ред. Т. Ю. Круцевич К.: Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 424 с; – Т. 2. – 392 с.

31. Товт В.А. Гімнастика в системі підготовки спеціалістів фізичної реабілітації / Товт В.А., Дуло О.А., Михайлович С.О., Товт-Коршинська М.І. Навчальний посібник. Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», 2009. – 184 с.
32. Greenberg J. Physical Fitness & Wellness: Changing the Way You Look, Feel and Perform / J. Greenberg, G. Dintiman, B. Myers Oakes. – 2th ed. – Champaign: Human Kinetics, 2004. – 520 pp.
33. Heyward V.H. Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription / V.H. Heyward. – 5th ed. – Champaign: Human Kinetics, 2006. – 426 pp.
34. Howley E. Fitness Professional's Handbook / E. Howley, B. Don Franks. – 5th ed. – Champaign: Human Kinetics, 2007. – 568 pp.

Програма схвалена на засіданні кафедри
Фізичного виховання та реабілітації
Протокол № 12 від 23 червня 2026 р.

Завідувач кафедри
фізичного виховання та реабілітації



Андрій ОГНИСТИЙ

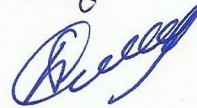
Програма затверджена вченою радою
факультету фізичного виховання
Протокол № 11 від 24 червня 2026 р.

Голова вченої ради факультету



Віктор ШАНДРИГОСЬ

В.О. Керівник навчально-наукового
центру якості освіти



Ольга ПЕЖИНСЬКА

Освітня програма рекомендована до впровадження вченою радою
Тернопільського національного педагогічного університету імені
Володимира Гнатюка

протокол №19 від червня 2026 р.

Учений секретар університету




Галина ДРАПАК