

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ
ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА

«Фітнес та рекреація»
Другого (магістерського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт
галузі знань 01 Освіта/Педагогіка
Кваліфікація: Магістр фізичної культури і спорту за
спеціалізацією «Фітнес та рекреація»

ЗАТВЕРДЖЕНО ВЧЕНОЮ РАДОЮ
протокол № 10 від 20 квітня 2018 р.; рішення
введено в дію наказом ректора від 20 квітня 2018 р. № 92-заг.

Освітньо-професійна програма вводиться в дію з 1 вересня 2018 р.

Із змінами, внесеними згідно із рішеннями Вченої ради
протокол № 8 від 28 травня 2020 р.,
введено в дію наказом ректора від 28 травня 2020 р. № 115-заг.;
протокол № 8 від 05 квітня 2021 р.,
введено в дію наказом ректора від 06 квітня 2021 р. № 111-заг.;

В редакції, затвердженій Вченою радою
протокол № __ від __ червня 2021 р., рішення
введено в дію наказом ректора від __ червня 2021 р. № __-заг.

Голова Вченої ради, ректор НУФВСУ

_____ Є. В. Імас

ПЕРЕДМОВА

Нову редакцію розроблено Робочою групою у складі:

Дутчак Мирослав Васильович – перший проректор з науково-педагогічної роботи, професор кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (гарант освітньо-професійної програми);

01.06.2021
(дата)

[підпис]
(підпис)

Благій Олександра Леонідівна – професор кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, кандидат педагогічних наук, професор;

1.06.2021
(дата)

[підпис]
(підпис)

Василенко Марина Миколаївна – професор кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, доктор педагогічних наук, професор;

1.06.2021
(дата)

[підпис]
(підпис)

Рецензії-відгуки зовнішніх стейкхолдерів:

ЛИСТ ПОГОДЖЕННЯ
нової редакції освітньо-професійної програми

Перший проректор з
науково-педагогічної роботи

М. В. Дутчак

Начальник навчально-
методичного відділу

С. І. Попович

Начальник відділу
забезпечення якості вищої
освіти

О. І. Рудешко

Розглянуто та погоджено на засіданні вченої ради факультету здоров'я,
фізичного виховання та туризму (протокол № __ від __ червня 2021 р.)

Декан факультету здоров'я,
фізичного виховання і
туризму

Ю. В. Литвиненко

Розглянуто та погоджено на засіданні кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації
(протокол № __ від __ червня 2021 р.)

Завідувач кафедри здоров'я,
фітнесу та рекреації

О. В. Андрєєва

1. Профіль освітньо-професійної програми зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт за спеціалізацією «Фітнес та рекреація»

1 – загальна інформація	
Повна назва закладу вищої освіти та структурного підрозділу	Національний університет фізичного виховання і спорту України; кафедра здоров'я, фітнесу та рекреації.
Ступінь вищої освіти та назва кваліфікації мовою оригіналу	Магістр. Магістр фізичної культури і спорту за спеціалізацією «Фітнес та рекреація».
Офіційна назва програми	Фітнес та рекреація.
Тип диплому та обсяг освітньо-професійної програми	Диплом магістра, одиночний, 90 кредитів ЄКТС, термін навчання: 1 рік 4 місяці (денна форма навчання); 1 рік 7 місяців (заочна форма навчання).
Наявність акредитації	Акредитована до 01 липня 2026 року відповідно до наказу Міністерства освіти і науки України від 30.10.2017 року № 1432 (зі змінами) та сертифікату про акредитацію Міністерства освіти і науки України від 14.08.2017 року серія ND 1188896
Цикл/рівень	НРК України – 7 рівень; FQ-EHEA – другий цикл, EQF-LLL – 7 рівень.
Передумови	Наявність ступеня бакалавра. Вимоги до результатів навчання осіб, які можуть розпочати навчання за ОПП, визначаються у програмах вступних випробувань з урахуванням вимог до результатів навчання, встановлених Стандартом вищої освіти для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.
Мова викладання	Українська.
Термін дії освітньої програми	До 01 липня 2026 року.
Інтернет-адреса постійного розміщення опису освітньої програми	https://uni-sport.edu.ua/content/fitnes-ta-rekreaciya
2 – Мета освітньої програми	
Підготовка фахівців, здатних розв'язувати складні задачі і практичні проблеми інноваційного та/або наукового характеру у сфері фізичної культури і спорту, зокрема в оздоровчому фітнесі та фізичній рекреації.	

3 – Характеристика освітньої програми	
Предметна область (галузь знань, спеціальність, спеціалізація)	Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка. Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт. Спеціалізація: Фітнес та рекреація.
Орієнтація освітньої програми	Освітньо-професійна програма прикладної спрямованості. Базується на інноваційних ідеях, поняттях, парадигмах, концепціях, теоріях та інших результатах сучасних наукових досліджень з проектування та використання спеціальних технологій, аналізу розвитку сфери фізичної культури і спорту, зокрема оздоровчого фітнесу та фізичної рекреації, у межах яких можлива подальша професійна та наукова кар'єра.
Основний фокус освітньої програми та спеціалізації	Спеціальна освіта та професійна підготовка у сфері фізичної культури і спорту, зокрема в оздоровчому фітнесі та фізичній рекреації. Ключові слова: оздоровчий фітнес, фізична рекреація, інновації, технології, дослідження.
Особливості програми	Освітньо-професійна програма узгоджується з рекомендаціями проекту з вирівнювання структури європейської вищої освіти у спортивній науці Європейської мережі спортивної освіти (ENSE) в частині сфери "Health & Fitness".
4 – Придатність випускників до працевлаштування та подальшого навчання	
Придатність до працевлаштування	Проектна, тренувальна, організаційна, науково-дослідна, інноваційна, науково-педагогічна, сервісна, експертна та консультативна діяльність у сфері фізичної культури і спорту. Випускники спроможні обіймати посади, кваліфікаційні вимоги яких передбачають наявність ступеня магістра, у суб'єктах господарювання, які здійснюють такі види економічної діяльності (за КВЕД ДК 009:2010): ✓ 72.20 Дослідження й експериментальні розробки у сфері суспільних і гуманітарних наук; ✓ 85.42 Вища освіта;

	✓ 85.51 Освіта у сфері спорту та відпочинку; ✓ 93.11 Функціонування спортивних споруд; ✓ 93.12 Діяльність спортивних клубів; ✓ 93.13 Діяльність фітнес-центрів; ✓ 93.19 Інша діяльність у сфері спорту; ✓ 93.29 Організування інших видів відпочинку та розваг.
Подальше навчання	Випускники можуть продовжити здобуття освіти на третьому (освітньо-науковому) рівні вищої освіти та набувати додаткові кваліфікації у системі освіти дорослих.
5 – Викладання та оцінювання	
Викладання та навчання	Освітній процес здійснюється на засадах академічної свободи та доброчесності, студентоцентрованого навчання, компетентнісного підходу, партнерства науково-педагогічних працівників і студентів, забезпечення індивідуальної освітньої траєкторії, самоосвіти, проблемно-орієнтованого навчання, інтеграції навчальної та наукової діяльності, професійної спрямованості. Переважно використовуються такі методи навчання: проблемно-пошуковий; евристичний; інформаційно-рецептивний; проектний; інтерактивні методи (мозковий штурм, «круглий стіл», тренінги, ділові ігри, «кейс-стаді» та ін.), у тому числі із застосуванням інформаційно-комунікативних технологій.
Оцінювання	Поточний контроль: опитування; виступи на практичних (семінарських) заняттях; експрес-контроль; перевірка результатів виконання різноманітних індивідуальних завдань; презентації; есе; портфоліо; оцінювання засвоєння навчального матеріалу, запланованого на самостійне опрацювання студентом. Семестровий контроль: екзамени та заліки з урахуванням суми накопичених протягом вивчення дисциплін балів, захист звіту з практики.

	Атестація здобувачів вищої освіти проводиться у формі атестаційного екзамену та публічного захисту кваліфікаційної роботи. Оцінювання здійснюється за 100-бальною шкалою.
6 – Програмні компетентності	
Інтегральна компетентність	Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту, зокрема в оздоровчому фітнесі та фізичній рекреації.
Загальні компетентності (ЗК)	ЗК1. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо. ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. ЗК3. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації. ЗК4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми. ЗК5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність). ЗК6. Здатність розробляти проекти та управляти ними. ЗК7. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети. ЗК8. Здатність працювати в міжнародному контексті.
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності	<i>Спеціальні компетентності спеціальності</i> СК1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень. СК2. Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту. СК3. Здатність здійснювати науково-педагогічну діяльність у закладах вищої освіти. СК4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів. СК5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або

	незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності. СК6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту. СК7. Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту. СК8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту. СК9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання.
	<i>Спеціальні компетентності спеціалізації</i> СКС1. Здатність до успішного працевлаштування, подальшої трудової діяльності та становлення особистості ефективного професіонала з фітнесу та рекреації. СКС2. Здатність програмувати персональні заняття оздоровчим фітнесом з різним контингентом. СКС3. Здатність розуміти та враховувати у професійній діяльності психологічні аспекти комунікацій та мотивування клієнтів та персоналу у сфері фітнесу та рекреації. СКС4. Здатність до застосування у професійній діяльності інноваційних засад менеджменту і маркетингу у сфері фітнесу та рекреації, здійснення аналізу управлінсько-організаційних засад функціонування фітнес-клубів та рекреаційних об'єктів. СКС5. Здатність використовувати сучасне прикладне програмне забезпечення та інформаційно-комунікаційні технології для вирішення різноманітних завдань у практичній та науковій діяльності у сфері фітнесу та рекреації.

	СКС6. Здатність здійснювати фізіологічні дослідження рухових можливостей клієнтів у сфері фітнесу та рекреації й використовувати їх результати для оптимізації відповідних занять. СКС7. Здатність надавати рекомендації стосовно раціонального харчування клієнтів суб'єктів фітнесу та рекреації.
7 – Програмні результати навчання	
1. Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань. 2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби. 3. Вільно обговорювати результати професійної діяльності, досліджень та інноваційних проєктів у сфері фізичної культури та спорту державною та іноземною мовами усно і письмово. 4. Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються. 5. Розробляти і викладати спеціалізовані навчальні дисципліни у закладах вищої освіти. 6. Відшукувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати цю інформацію. 7. Застосовувати сучасні цифрові технології та спеціалізоване програмне забезпечення, методи статистичного аналізу даних для розв'язання складних задач фізичної культури та спорту. 8. Організовувати ефективну роботу колективу, спрямовану на досягнення визначених цілей з урахуванням економічних, правових та етичних аспектів. 9. Розробляти та реалізовувати наукові і прикладні проєкти, спрямовані на розв'язання проблем інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту, а також дотичні до неї міждисциплінарні проєкти. 10. Дотримуватися вимог академічної доброчесності та не допускати їх порушення під час навчання та наукової роботи. 11. Розробляти персональні фітнес-програми для клієнтів різного віку, статі та фізичного стану з рекомендаціями щодо раціонального харчування. 12. Застосовувати теоретичні положення менеджменту та маркетингу, прикладне програмне забезпечення та інформаційно-комунікативні технології для розв'язання конкретних задач у сфері фітнесу та рекреації. 13. Здійснити наукове дослідження з актуальної теми для сфери фізичної культури і спорту, зокрема фітнесу та рекреації; готувати матеріали наукових досліджень до публікації в наукових періодичних виданнях.	

14. Приймати рішення у складних і невизначених умовах у сфері фітнесу та рекреації на основі аналізу результатів діагностики психологічних та фізіологічних показників клієнтів.

15. Описати компоненти успішного працевлаштування у сфері фітнесу та рекреації, формування іміджу професіоналу у цій сфері.

8 – Ресурсне забезпечення реалізації програми

Кадрове забезпечення	Науково-педагогічні працівники, які здійснюють освітній процес з реалізації програми, відповідають кадровим вимогам, що передбачені Ліцензійними умовами провадження освітньої діяльності у сфері вищої та післядипломної освіти для осіб з вищою освітою.
Матеріально-технічне забезпечення	Площа навчальних приміщень для здійснення освітнього процесу з реалізації програми, рівень забезпеченості їх комп'ютерними робочими місцями та мультимедійним обладнанням, соціально-побутова інфраструктура відповідають вимогам, що передбачені Ліцензійними умовами провадження освітньої діяльності у сфері вищої та післядипломної освіти для осіб з вищою освітою.
Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	Інформаційне забезпечення: ✓ наявність п'яти вітчизняних та закордонних фахових періодичних видань відповідного або спорідненого спеціальності профілю у бібліотеці університету; ✓ доступ до баз даних періодичних наукових видань англійською мовою відповідного або спорідненого спеціальності профілю; ✓ офіційний веб-сайт університету: https://uni-sport.edu.ua/ ✓ сторінка на офіційному веб-сайті університету англійською мовою: https://uni-sport.edu.ua/content/national-university-ukraine-physical-education-and-sport Навчально-методичне забезпечення: ✓ ця Програма, навчальні плани, за якими здійснюється підготовка здобувачів вищої освіти за цією Програмою;

	✓ робочі програми з усіх навчальних дисциплін навчальних планів; ✓ програми з усіх видів практичної підготовки; ✓ методичні матеріали для проведення підсумкової атестації здобувачів вищої освіти за цією Програмою; ✓ навчальні плани з обов'язковим вивченням української мови як окремої навчальної дисципліни «Українська мова як іноземна» для підготовки іноземців та осіб без громадянства.
9 – Академічна мобільність	
Національна кредитна мобільність	Національна кредитна мобільність реалізується на підставі відповідних угод університету та вітчизняних закладів вищої освіти.
Міжнародна кредитна мобільність	Міжнародна кредитна мобільність реалізується на підставі відповідних угод університету та міжнародних партнерів.
Навчання іноземних здобувачів вищої освіти	Іноземні студенти навчаються в університеті відповідно до умов, визначених законодавством України.

2. Перелік компонент освітньо-професійної програми та їх логічна послідовність

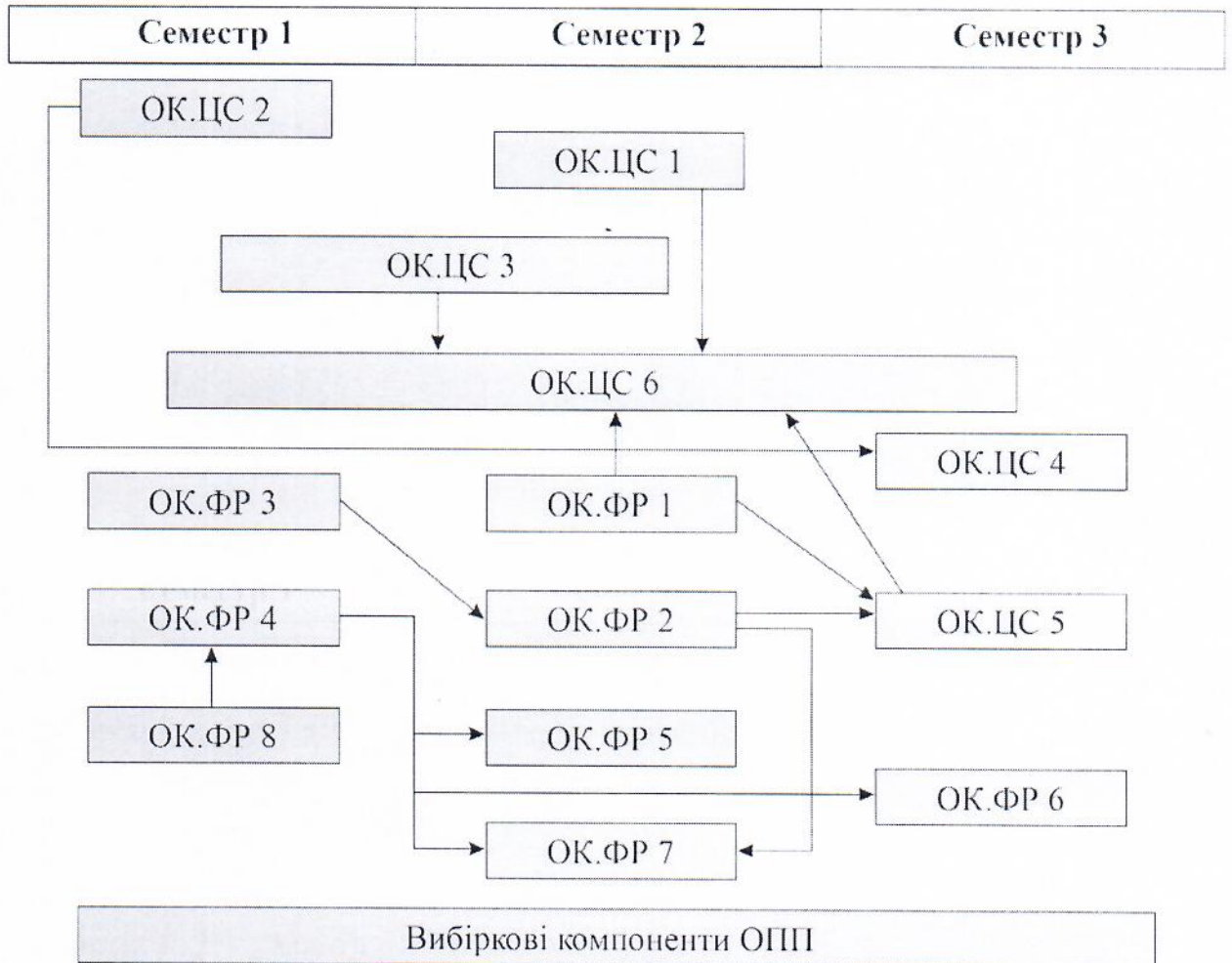
2.1. Перелік компонент освітньо-професійної програми (ОПП)

Код	Компоненти освітньої програми (навчальні дисципліни, практики, кваліфікаційна робота)	Кількість кредитів	Форма підсумк. контролю
1	2	3	4
Обов'язкові компоненти ОПП			
<i>Цикл спеціальності</i>			
ОК.ЦС 1	Актуальні проблеми фізичної культури і спорту	3	Залік
ОК.ЦС 2	Педагогіка вищої освіти	3	Залік
ОК.ЦС 3	Професійно-орієнтована іноземна мова	10	Екзамен
ОК.ЦС 4	Науково-педагогічна практика	3	Захист
ОК.ЦС 5	Науково-дослідна практика	7	Захист
ОК.ЦС 6	Кваліфікаційна робота	8	Захист
Усього:		34	
<i>Цикл спеціалізації</i>			
ОК.ФР 1	Наукові дослідження у фітнесі та рекреації	4	Екзамен

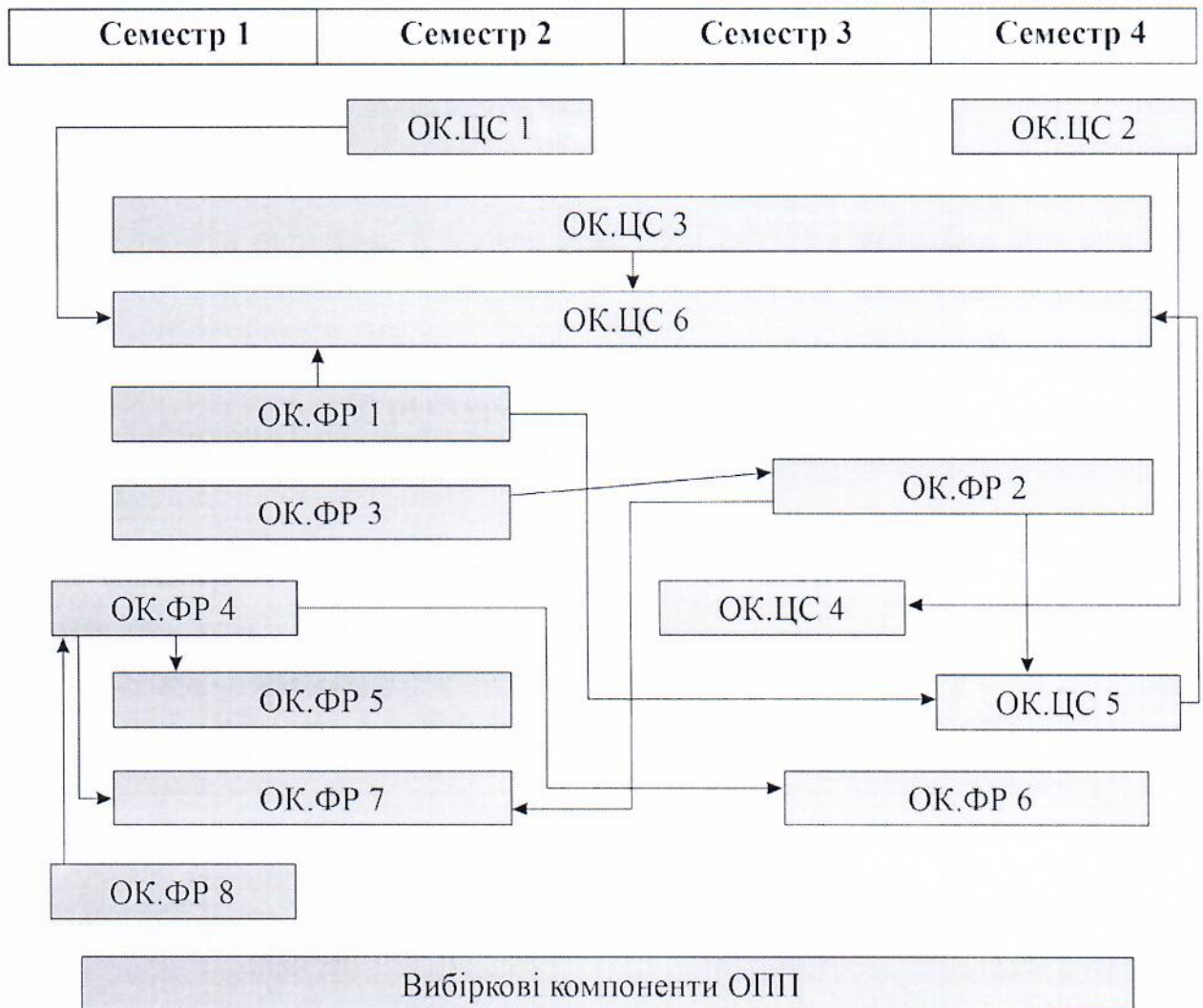
ОК.ФР 2	Менеджмент і маркетинг у сфері фітнесу та рекреації	4	Екзамен
ОК.ФР 3	Сучасні аспекти формування професійної майстерності професіоналів з фітнесу та рекреації	5	Екзамен
ОК.ФР 4	Актуальні проблеми персонального тренування	4	Екзамен
ОК.ФР 5	Інформаційні та інтерактивні технології у фітнесі та рекреації	4	Екзамен
ОК.ФР 6	Раціональне харчування у фітнесі	4	Залік
ОК.ФР 7	Психологія діяльності у сфері фітнесу та рекреації	4	Екзамен
ОК.ФР 8	Фізіологічні аспекти оздоровчо-рекреаційної рухової активності	4	Залік
Усього:		33	
Загальний обсяг обов'язкових компонент:		67	
Вибіркові компоненти ОПП*			
<i>Вибірковий блок 1</i>			
ВК.ФР 1	Wellness-коучинг	7	Екзамен
ВК.ФР 2	SPA, Wellness & Beauty-технології	5	Залік
ВК.ФР 3	Релізові фітнес-програми	6	Залік
ВК.ФР 4	Персональний брендинг	5	Залік
Усього:		23	
<i>Вибірковий блок 2</i>			
ВК.ФР 5	Технологія проектування персональних фітнес-програм для різних груп населення	8	Екзамен
ВК.ФР 6	Інноваційні технології у фітнесі	5	Залік
ВК.ФР 7	Інноваційні технології у рекреації	5	Залік
ВК.ФР 8	Сучасні тренди менеджменту і маркетингу у роботі фітнес-клубу	5	Залік
Усього:		23	
<i>Вибірковий блок 3</i>			
ВК.ФР 9	Дієтологія в оздоровчому фітнесі	13	Екзамен
ВК.ФР 10	Інноваційні технології у фітнесі	5	Залік
ВК.ФР 11	Інноваційні технології у рекреації	5	Залік
Усього:		23	
Загальний обсяг вибірових компонент:		23	
ЗАГАЛЬНИЙ ОБСЯГ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ		90	

*Вибіркові компоненти ОПП включають три блоки (кожен блок – 23 кредити); студент обирає один із цих блоків.

2. 2. Структурно-логічна схема ОПП (денна форма навчання)



**Структурно-логічна схема ОПП
(заочна форма навчання)**



3. Форма атестації здобувачів вищої освіти

Атестація випускників освітньо-професійної програми «Фітнес та рекреація» спеціальності 017 Фізична культура і спорт проводиться у формі атестаційного екзамену та публічного захисту кваліфікаційної роботи й завершується видачою документу встановленого зразка про присудження ступеня магістра із присвоєнням кваліфікації: магістр фізичної культури і спорту за спеціалізацією «Фітнес та рекреація».

Атестація здійснюється відкрито і публічно.

4. Система внутрішнього забезпечення якості вищої освіти

В університеті функціонує система забезпечення якості освітньої діяльності та якості вищої освіти (система внутрішнього забезпечення якості), яка передбачає здійснення таких процедур і заходів:

- 1) визначення принципів та процедур забезпечення якості вищої освіти;
- 2) здійснення моніторингу та періодичного перегляду освітніх програм;
- 3) щорічне оцінювання здобувачів вищої освіти, науково-педагогічних і педагогічних працівників закладу вищої освіти та регулярне оприлюднення результатів таких оцінювань на офіційному веб-сайті закладу вищої освіти, на інформаційних стендах та в будь-який інший спосіб;

- 4) забезпечення підвищення кваліфікації педагогічних, наукових і науково-педагогічних працівників;

- 5) забезпечення наявності необхідних ресурсів для організації освітнього процесу, у тому числі самостійної роботи студентів, за кожною освітньою програмою;

- 6) забезпечення наявності інформаційних систем для ефективного управління освітнім процесом;

- 7) забезпечення публічності інформації про освітні програми, ступені вищої освіти та кваліфікації;

- 8) забезпечення дотримання академічної доброчесності працівниками закладів вищої освіти та здобувачами вищої освіти, у тому числі створення і забезпечення функціонування ефективної системи запобігання та виявлення академічного плагіату;

- 9) інших процедур і заходів.

Система забезпечення університетом якості освітньої діяльності та якості вищої освіти (система внутрішнього забезпечення якості) в установленому порядку оцінюється Національним агентством із забезпечення якості вищої освіти або акредитованими ним незалежними установами оцінювання та забезпечення якості вищої освіти на предмет її відповідності вимогам до системи забезпечення якості вищої освіти, що затверджуються Національним агентством із забезпечення якості вищої освіти, та міжнародним стандартам і рекомендаціям щодо забезпечення якості вищої освіти.

5. Матриця відповідності програмних компетентностей компонентам освітньої програми

	ОК.ЦС 1	ОК.ЦС 2	ОК.ЦС 3	ОК.ЦС 4	ОК.ЦС 5	ОК.ЦС 6	ОК.ФР 1	ОК.ФР 2	ОК.ФР 3	ОК.ФР 4	ОК.ФР 5	ОК.ФР 6	ОК.ФР 7	ОК.ФР 8	ВК.ФР 1	ВК.ФР 2	ВК.ФР 3	ВК.ФР 4	ВК.ФР 5	ВК.ФР 6	ВК.ФР 7	ВК.ФР 8	ВК.ФР 9	ВК.ФР 10	ВК.ФР 11
ЗК 1	+				+				+					+				+							
ЗК 2			+			+	+			+															
ЗК 3			+		+	+					+										+			+	
ЗК 4	+				+	+	+			+				+			+				+			+	
ЗК 5		+		+	+		+						+				+				+			+	
ЗК 6		+		+	+								+				+								
ЗК 7		+		+	+				+				+				+			+					
ЗК 8			+			+				+								+							
СК 1	+				+		+										+								
СК 2			+		+				+								+							+	
СК 3		+		+									+				+								
СК 4		+		+									+				+								
СК 5	+					+							+				+								
СК 6		+				+							+				+								
СК 7			+		+		+		+				+				+								
СК 8					+	+	+							+			+				+			+	
СК 9		+		+		+			+					+			+				+			+	
СК 10														+			+				+			+	
СК 11														+			+				+			+	
СК 12														+			+				+			+	
СК 13														+			+				+			+	
СК 14														+			+				+			+	
СК 15														+			+				+			+	
СК 16														+			+				+			+	
СК 17														+			+				+			+	
СК 18														+			+				+			+	
СК 19														+			+				+			+	
СК 20														+			+				+			+	
СК 21														+			+				+			+	
СК 22														+			+				+			+	
СК 23														+			+				+			+	
СК 24														+			+				+			+	
СК 25														+			+				+			+	
СК 26														+			+				+			+	
СК 27														+			+				+			+	

6. Матриця забезпечення програмних результатів навчання (ПРН) відповідними компонентами освітньої програми

[illegible]