


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДЕПАРТАМЕНТ НАУКИ І ОСВІТИ  
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ (ВІЙСЬКОВОЇ) АДМІНІСТРАЦІЇ  
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«ХАРКІВСЬКА ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ»  
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Рішенням Вченої ради КЗ «ХГПА»  
Протокол № 15 від «07» 06 2023 р.  
Голова Вченої ради, академії  
Ректор  Галина ПОНОМАРЬОВА



**ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА  
«ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ (ФІТНЕС)»**

РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ - перший (бакалаврський)  
СТУПІНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ - бакалавр  
ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ - 01 Освіта / Педагогіка  
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ - 017 Фізична культура і спорт

Харків - 2023

**ЛИСТ ПОГОДЖЕННЯ  
освітньо-професійної програми**

Галузь знань  
Спеціальність  
Рівень вищої освіти

01 Освіта / Педагогіка  
017 Фізична культура і спорт  
Перший

**ПОГОДЖЕНО**

Перший проректор КЗ «ХГПА»

ХОР

Лариса ПЕТРИЧЕНКО

06 червня 2023 р.



**СХВАЛЕНО**

На засіданні вченої ради факультету  
фізичного виховання та мистецтв

Декан

Вікторія БЕСКОРСА

2023 р.



**СХВАЛЕНО**

На засіданні кафедри теорії і  
методики фізичного виховання

Завідувач кафедри

Людмила ШЕСТЕРОВА

Протокол № 12 від 07 червня 2023 р.



**РОЗРОБЛЕНО**

Проектною групою зі спеціальності  
017 Фізична культура і спорт

Керівник проєктної групи

Олена ШКОЦА



## I. Преамбула

Освітня програма «Фізична культура і спорт (фітнес)» (ОП) за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт галузі знань 01 Освіта / Педагогіка, освітня кваліфікація – бакалавр фізичної культури і спорту за спеціалізацією «Фітнес» є нормативним документом Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, в якому визначаються термін і зміст навчання, форми державної атестації, встановлюються вимоги до контингенту, обсягу й ступеня освіти та професійної підготовки фахівця освітнього рівня «бакалавр».

Освітня програма розроблена відповідно до вимог державного стандарту вищої освіти України за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт галузі знань 01 Освіта / Педагогіка для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, затвердженого Наказом МОН України № 567 від 24.04.19 року.

### **Освітня програма розроблена проєктною групою у складі:**

1. Школа Олена Миколаївна – завідувач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення, кандидат педагогічних наук, професор, керівник групи (гарант програми);
2. Шестерова Людмила Єгорівна – завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор.
3. Фоменко Олена Валеріївна – доцент кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення, кандидат педагогічних наук, доцент,
4. Бойченко Артем Васильович – доцент кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення, кандидат педагогічних наук, доцент,
5. Таукішева Маргарита Борисівна – директор Комунального закладу «Харківська початкова школа № 33 Харківської міської ради», спеціаліст вищої категорії.

### ***Рецензії-відгуки зовнішніх стейкхолдерів:***

1. Шепеленко Тетяна Валеріївна – голова громадської організації «Спортивної аеробіки та фітнесу Харківщини», тренер зі спортивної аеробіки та черлідінгу, суддя Національної категорії зі спортивної аеробіки, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання Українського державного університету залізничного транспорту;
2. Рагулін Олександр – директор Дочірнього підприємства «Спортивний клуб «Олімп», майстер спорту з пауерліфтингу (м. Полтава);
3. Житницький Артем Олексійович – тренер вищої категорії, суддя Національної категорії з пауерліфтингу, суддя з пара-пауерліфтингу, тренер-викладач з пауерліфтингу Комунального закладу «Комплексна дитячо-юнацька спортивна школа № 8» Харківської міської ради, кандидат педагогічних наук;
4. Юрчак Олексій – директор Комунального закладу позашкільної освіти «Житомирська дитячо-юнацька спортивна школа «Авангард» Житомирської обласної ради (м. Житомир).

Освітню програму розглянуто та схвалено після надходження всіх зауважень і пропозицій на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання. Протокол № 10 від «07» квітня 2023 р.

## II. Загальна характеристика

<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший (бакалаврський) рівень
<b>Ступінь вищої освіти</b>	Бакалавр
<b>Галузь знань</b>	01 Освіта / Педагогіка
<b>Спеціальність</b>	017 Фізична культура і спорт
<b>Обмеження щодо форм навчання</b>	немає
<b>Освітня кваліфікація</b>	Бакалавр фізичної культури і спорту за спеціалізацією «Фітнес»
<b>Кваліфікація в дипломі</b>	Ступінь вищої освіти – Бакалавр Спеціальність – 017 Фізична культура і спорт Спеціалізація – Фітнес Освітня програма – Фізична культура і спорт (фітнес)
<b>Цикл/рівень</b>	НРК України – 6 рівень, FQ-ЕНЕА – перший цикл, EQF-LL – 6 рівень
<b>Передумови</b>	Наявність повної загальної середньої освіти.
<b>Мова викладання</b>	українська
<b>Термін дії освітньої програми</b>	До 24 квітня 2024 р.
<b>Інтернет-адреса постійного розміщення опису освітньої програми</b>	<a href="http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/opp/2022/bacalavr/fitnes.pdf">http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/opp/2022/bacalavr/fitnes.pdf</a>
<p><b>Мета освітньої програми:</b> надати здобувачам вищої освіти широкую інформацію з історії розвитку фітнесу, його різновидів, теорії та методики викладання фітнесу, критичне осмислення яких має сприяти формуванню практичних навичок у дослідженні фізкультурно-оздоровчих процесів у фітнесі. Забезпечити необхідними фундаментальними теоретико-методологічними знаннями, інноваційними технологіями щодо організації та проведення фізкультурно-оздоровчих й спортивно-масових заходів з фітнесу. Підготувати компетентного конкурентоспроможного фахівця з фітнесу, здатного самостійно розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми в процесі професійної діяльності з широким доступом до працевлаштування.</p> <p>Програма покликана створити і розвивати продуктивне, творче середовище для навчання та досліджень у галузі фізичної культури і спорту, зокрема у фітнесі, як сфери формування значущих суспільних смислів, творення й підтримування продуктивних фізкультурно-спортивних практик, прояву індивідуальних і колективних ідентичностей та здійснення національної спортивної політики в області фітнесу, що спрямовано на позитивні зміни спортивних ресурсів міста та країни.</p>	
<b>Опис предметної області</b>	<b>Об'єкти вивчення та діяльності:</b> сфера фізичної культури і спорту, зокрема фітнес. Забезпечення людей

	<p>руховою активністю з метою їх гармонійного розвитку та ведення здорового способу життя.</p> <p><b>Цілі навчання:</b> підготовка фахівців, здатних розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми, що характеризуються комплексністю умов під час професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту, зокрема у фітнесі, та в процесі навчання.</p> <p><b>Теоретичний зміст предметної області:</b> знання з соціально-гуманітарних, фундаментальних та дисциплін професійної підготовки в обсязі, необхідному для вирішення професійно-прикладних та дослідницьких завдань; загальних теорій та сучасних концепцій фізичної культури і спорту, зокрема фітнесу; знання законодавчих актів і нормативних документів; знання комунікацій у професійній сфері, знання основ ділового спілкування та іноземної мови; навички навчання, виховання та соціалізації особистості.</p> <p><b>Методи, методики та технології:</b> загальнонаукові методи пізнання та дослідницької діяльності; спостереження, опитування, тестування та вимірювання у фізичній культурі і спорті, зокрема з фітнесу; словесні, наочні та практичні методи фізичного виховання та спортивної підготовки; технології організації та проведення фізкультурно-оздоровчих, рекреаційних та спортивних заходів з фітнесу; надання долікарської допомоги; інформаційно-комунікаційні технології.</p> <p><b>Інструменти та обладнання:</b> фізкультурно-спортивне спорядження й обладнання та фітнес-технології, сучасне інформаційно-комунікативне обладнання; спеціалізоване програмне забезпечення;.</p>
<p><b>Особливості програми</b></p>	<p>Користуючись правом, яке надає Закон України «Про вищу освіту» в контексті академічної автономії, програма враховує новітні вимоги щодо зв'язку теорії з практикою, дозволяє молодому фахівцю успішно працювати в соціально-культурній та спортивно-оздоровчій сферах.</p> <p>Освітньо-професійна програма забезпечує здійснення індивідуальної траєкторії фахової підготовки тренера з фітнесу. Він отримує не лише більше можливостей для особистої реалізації, а й здобуває потенційну мобільність у конкурентному середовищі на ринку праці завдяки розширенню кола компетентностей, завдяки яким здатен здійснювати навчально-</p>

	<p>тренувальний процес з фітнесу з різними віковими групами населення, керівництво спортивними секціями та гуртками.</p> <p>Впровадження майбутнім фахівцем практичного аспекту компетентнісного, діяльнісного, проблемного й індивідуального підходів до навчання забезпечується наявністю великого обсягу різноманітних практик та підготовкою кваліфікаційної роботи. За власним вибором здобувач вищої освіти може опанувати знання, вміння та навички щодо організації та проведення фітнес-програм, заходів з оздоровчого туризму та фізичної культури в закладах освіти.</p> <p>Освітньо-професійна програма узгоджується з рекомендаціями проекту з вирівнювання структури європейської вищої освіти у спортивній науці Європейської мережі спортивної освіти (ENSE) в частині сфери “Sport Coaching”. Рекомендується мобільність за програмою ERASMUS+.</p>
<p><b>Академічні права випускників</b></p>	<p>Мають право на продовження навчання на другому (магістерському) рівні вищої освіти, набуття додаткових кваліфікацій у системі післядипломної освіти.</p>
<p><b>Придатність до працевлаштування</b></p>	<p>Випускники спроможні обіймати посади, кваліфікаційні вимоги яких передбачають наявність кваліфікації бакалавра фізичної культури і спорту за спеціалізацією «Фітнес», у суб'єктах господарювання, що здійснюють такі види економічної діяльності (за КВЕД ДК 009:2010):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>85.51 Освіта у сфері спорту та відпочинку;</li> <li>93.1 Діяльність у сфері спорту;</li> <li>93.11 Функціонування спортивних споруд;</li> <li>93.12 Діяльність спортивних клубів;</li> <li>93.13 Діяльність фітнес-центрів;</li> <li>93.19 Інша діяльність у сфері спорту.</li> </ul> <p>Випускники можуть займати, зокрема, такі первинні посади (за КВЕД ДК 003:2010):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>3475 – Тренер-методист;</li> <li>3475 – Інструктор з аеробіки;</li> <li>3475 – Інструктор з фізичної культури;</li> <li>3475 – Інструктор-методист з фізичної культури та спорту;</li> <li>3475 – Інструктор-методист спортивної школи;</li> <li>3475 – Інструктор-методист тренажерного комплексу (залу);</li> <li>3475 – Тренер з виду спорту (федерації, збірної чи</li> </ul>

	клубної команди, спортивної школи і т. ін.); 3475 – Тренер-викладач з виду спорту (спортивної школи, секції і т. ін.); 3475 – Фітнес-тренер.
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### III. Обсяг кредитів ЄКТС, необхідний для здобуття відповідного ступеня вищої освіти

<b>Обсяг освітньої програми</b>	на базі повної загальної середньої освіти - 3 роки 9 місяців (денна форма навчання) становить 240 кредитів ЄКТС.
---------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### IV. Перелік компетентностей випускника

<b>Інтегральна компетентність</b>	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту, зокрема з фітнесу, а також у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
<b>Загальні компетентності (ЗК)</b>	<p>ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК2. Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.</p> <p>ЗК3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.</p> <p>ЗК4. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК5. Здатність планувати та управляти часом.</p> <p>ЗК6. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p>ЗК7. Здатність спілкуватися іноземною мовою.</p> <p>ЗК8. Навички використання інформаційних й комунікаційних технологій.</p> <p>ЗК9. Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p>ЗК10. Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p>ЗК11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</p> <p>ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p>

<p><b>Фахові компетентності (ФК)</b></p>	<p>ФК1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.</p> <p>ФК2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.</p> <p>ФК3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.</p> <p>ФК4. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.</p> <p>ФК5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</p> <p>ФК6. Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.</p> <p>ФК7. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.</p> <p>ФК8. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.</p> <p>ФК9. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.</p> <p>ФК10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p> <p>ФК11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом, зокрема фітнесу.</p> <p>ФК12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p> <p>ФК13. Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту, зокрема фітнесу.</p> <p>ФК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.</p> <p><b>Компетентності, визначені освітньою програмою:</b></p> <p>ФК15. Здатність організовувати фізичну рекреаційну діяльність в організаціях різного типу з урахуванням особливостей контингенту та природно-середовищних факторів.</p> <p>ФК16. Здатність до розуміння особливостей професійної діяльності у сфері фітнесу.</p> <p>ФК17. Здатність залучати та здійснювати відбір дітей до занять фітнесом та його різновидів.</p> <p>ФК18. Здатність планувати, організовувати та реалізовувати програми занять з різних напрямів</p>
------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



фітнесу (оздоровчої, рекреаційної та спортивної спрямованості) із визначенням періоду, мети, загальних та спеціальних завдань, методів контролю, критеріїв ефективності для осіб різної статі, віку та фізичного стану.

ФК19. Здатність організувати та проводити фізкультурно-оздоровчі та масові спортивні заходи з фітнесу та його різновидів для залучення різних груп населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя.

#### **V. Нормативний зміст підготовки здобувачів вищої освіти, сформульований у термінах результатів навчання**

РН1. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, зокрема з фітнесу, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.

РН2. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.

РН3. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.

РН4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

РН5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

РН6. Мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, зокрема у фітнесі, підготовки та оформлення наукової праці.

РН7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

РН8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

РН9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини, зокрема фітнес-вправ, та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.

РН10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

РН11. Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.

РН12. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

РН13. Використовувати засвоєні уміння і навички на заняттях популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості, зокрема у фітнесі.

РН14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних,

фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом, зокрема у фітнесі.

РН15. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом, зокрема фітнесом.

РН16. Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.

РН17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

РН18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом, зокрема фітнесом.

РН19. Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в тренерській роботі з фітнесу; мати навички лідерства.

РН20. Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.

РН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

***Програмні результати навчання, визначені освітньою програмою:***

РН22. Оцінювати задатки та здібності особи в процесі відбору та орієнтації в фітнесі та його різновидах.

РН23. Проектувати програми, організовувати та проводити різні форми занять з напрямів фітнесу з урахуванням індивідуальних особливостей, цілей та потреб тих, хто займаються.

РН24. Застосовувати знання, вміння та навички, здійснювати комунікаційну взаємодію з тими, хто займаються, підвищувати їх мотивацію до занять фітнесом та його різновидами для ефективного проведення тренувальних занять з урахуванням вікових, статевих та індивідуальних особливостей, рівня підготовленості та закономірностей становлення спортивної майстерності.

РН25. Організовувати спортивні змагання, оздоровчо-рекреаційні заходи з фітнесу та його різновидів для підвищення рівня залучення різних груп населення до рухової активності.

## **VI. Форми атестації здобувачів вищої освіти**

<b>Форма атестації здобувачів вищої освіти</b>	Атестація здобувачів вищої освіти проводиться у формі атестаційного екзамену.
<b>Вимоги до атестаційного екзамену</b>	Атестаційний екзамен оцінює рівень досягнення результатів навчання, визначених освітньою програмою.

## **VII. Вимоги до наявності системи внутрішнього забезпечення якості вищої освіти**

В академії 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 академії у вкладках відповідних деканатів та кафедр та на інформаційних стендах;

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

5) забезпечення наявності необхідних ресурсів для організації освітнього процесу, зокрема самостійної роботи студентів;

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 закладу вищої освіти та здобувачами вищої освіти, у тому числі створення і забезпечення функціонування ефективної системи запобігання та виявлення академічного плагіату.

### VIII. Ресурсне забезпечення реалізації програми

<b>Кадрове забезпечення</b>	<p>Науково-педагогічні працівники, які здійснюють освітній процес, відповідають кадровим вимогам освітньої програми підготовки бакалаврів за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.</p> <p>Всі науково-педагогічні працівники мають підтверджений рівень наукової та професійної активності.</p>
<b>Матеріально-технічне забезпечення</b>	<p>Площа навчальних приміщень для здійснення освітнього процесу з реалізації програми, рівень забезпеченості їх комп'ютерними робочими місцями, бездротовим доступом до мережі Internet та мультимедійним обладнанням, соціально-побутова інфраструктура відповідають вимогам, що передбачені Ліцензійними умовами провадження освітньої діяльності у сфері вищої освіти.</p> <p>Наявні спеціально обладнані приміщення для проведення занять, а саме:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) 2 тренажерні зали (обладнання для занять: велотренажери, кардіотренажери, силовий комплекс, шведські стінки, гімнастичні лави, гантелі, грифи, м'ячі медболи, каремати),</li><li>2) гімнастична зала (обладнання для занять: каремати, шведська стінка, різновисокі бруси, турнік),</li><li>3) зала для занять з аеробіки та фітнесу (обладнання для занять: каремати, скакалки, гумові стрічки, м'ячі медболи, гантелі, степ-платформи, фітбол-м'ячі, гімнастичні палиці, шведська стінка з турніком, велотренажер, кардіо-тренажер, гімнастичний кінь, гімнастична колода),</li></ol>

	<p>4) зала для настільного тенісу (обладнання для занять: тенісні столи, ракетки тенісні та кульки),</p> <p>5) зала для занять з легкої атлетики (обладнання для занять: шведська стінка, гімнастичні лави, каремати, розмітка для стрибків в довжину з місця, кубики для човникового бігу, естафетні палички),</p> <p>6) ігрова зала (обладнання для занять: м'ячі: (волейбольні, баскетбольні), волейбольна сітка, баскетбольні щити, ракетки для бадмінтону та волани, диски фрізбі,</p> <p>7) аудиторія для занять з шахів та шашок (обладнання для занять: шахи, шахові дошки, шашки, столи),</p> <p>8) методичний кабінет для занять з фізіології спорту, анатомії людини, спортивної метрології зі спортивним куточком, екраном та мультимедійним обладнанням (обладнання для занять: велоергометр, макети для демонстрації тілобудови людини, пульсометри,</p> <p>9) 3 ігрових майданчики з розмітками, волейбольними сітками, баскетбольними щитами,</p> <p>10) легкоатлетичний майданчик з розмітками для бігу на 30 м, 60 м, 100 м, для човникового бігу, стрибкова яма, гімнастичні козли, лабіринт, гімнастичні турніки, шведські стінки,</p> <p>11) майданчик для занять з туризму (обладнання для занять: карабіни з ручною муфтою, страхові системи, туристичні палатки, страхові спускові прилади, мотузки, компаси),</p> <p>12) футбольний майданчик із футбольними воротами, футбольні фішки, футбольні м'ячі, прапорці).</p>
<p><b>Інформаційне та навчально-методичне забезпечення</b></p>	<p>Інформаційне забезпечення:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– вітчизняні та закордонні фахові періодичні видання відповідної та спорідненої спеціальності профілю у бібліотеці академії (друковані та інтернет-джерела);</li> <li>– бездротовий доступ до мережі Internet;</li> <li>– доступ до баз даних періодичних наукових видань відповідної та спорідненої спеціальності профілю;</li> <li>– офіційний веб-сайт академії: <a href="http://www.hgra.kharkov.com">http://www.hgra.kharkov.com</a></li> </ul> <p>Навчально-методичне забезпечення реалізації ОП включає:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навчальні та робочі плани, за якими здійснюється підготовка здобувачів вищої освіти;</li> <li>– графіки освітнього процесу;</li> <li>– робочі програми з усіх освітніх компонентів навчальних планів;</li> <li>– програми з усіх видів практичної підготовки;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– дидактичні матеріали для самостійної роботи здобувачів вищої освіти з дисциплін;</li> <li>– методичні вказівки щодо виконання курсових та кваліфікаційних робіт;</li> <li>– методичні матеріали для проведення поточної та підсумкової атестації здобувачів вищої освіти;</li> <li>– підручники, навчальні та навчально-методичні посібники.</li> </ul>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### ІХ. Академічна мобільність

<b>Внутрішня академічна мобільність</b>	Індивідуальна академічна мобільність реалізується в рамках міжакадемічних договорів про встановлення науково-освітніх відносин для задоволення потреб розвитку освіти і науки.
<b>Міжнародна академічна мобільність</b>	Індивідуальна академічна мобільність за рахунок участі у програмах проектів «Еразмус +», «Тьюнінг» та «Europe Active».

### Х. Перелік компонентів освітньої програми та їх логічна послідовність відповідно до навчального плану

Код н/д	Компоненти освітньої програми (навчальні дисципліни, курсові проекти (роботи), практики)	Кіл-сть кредитів ЄКТС	Форма підсумкового контролю
<b>Обов'язкові освітні компоненти (ОК)</b>			
<b>Цикл загальної підготовки (ЗП)</b>			
ЗП.01	Історія України	3	залік
ЗП.02	Інформаційні технології	3	залік
ЗП.03	Українська мова за професійним спрямуванням	4	екзамен
ЗП.04	Педагогіка з основами педагогічної майстерності	4	залік
ЗП.05	Іноземна мова	4	залік
ЗП.06	Психологія та психологія спорту	3	залік
ЗП.07	Філософія	3	залік
<b>Всього</b>		<b>24</b>	
<b>Цикл професійної підготовки (ПП)</b>			
ПП.01	Фітнес – технології (за напрямками)	30	екзамен
ПП.22	Курсова робота	3	+
ПП.02	Характеристика та становлення фізичної культури і спорту	4	екзамен
ПП.03	Підвищення спортивної майстерності у фітнесі	18	залік
ПП.04	Анатомія людини з основами спортивної морфології	7	екзамен
ПП.05	Спортивна метрологія	4	залік
ПП.06	Спортивні споруди та тренажерне обладнання у фітнесі	3	залік

ПП.07	Гігієна	3	залік
ПП.08	Фізіологія людини та фізіологія спорту	7	екзамен
ПП.09	Біохімія та біохімія м'язової діяльності	3	залік
ПП.10	Біомеханіка фізичних вправ	3	екзамен
ПП.11	Теорія та методика фізичного виховання	4	екзамен
ПП.12	Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності	7	екзамен
ПП.13	Загальна теорія підготовки спортсменів	3	залік
ПП.14	Методи досліджень у фізичній культурі та спорті	3	екзамен
ПП.15	Олімпійський та професійний спорт	3	залік
ПП.16	Адаптивний спорт	3	залік
ПП.17	Спортивна медицина та долікарська допомога	4	екзамен
ПП.18	Основи персонального тренінгу	4	залік
ПП.19	Інновації фітнесу та рекреації	3	залік
ПП.20	Основи управління, менеджменту та маркетингу в сфері фізичної культури і спорту	4	залік
ПП.21	Фізична реабілітація	3	залік
<b>Всього</b>		<b>126</b>	
<b>Інші компоненти</b>			
<b>Практика</b>			
	1. Навчальна:		
П.01	Ознайомча практика	3	залік
П.02	Лижний збір	3	залік
П.03	Педагогічна практика	5	залік
П.04	Літня навчально-тренерська практика	6	залік
П.05	Організаційна практика	4	залік
П.06	2. Тренерська практика	6	залік
<b>Всього</b>		<b>27</b>	
<b>Загальний обсяг обов'язкового компоненту</b>		<b>177</b>	
<b>Вибіркові освітні компоненти (ВК)</b>			
ВК1	1. Фітнес-програми аеробної спрямованості	4	залік
	2. Аквафітнес		
ВК2	3. Фітнес-програми силового спрямування	4	залік
	4. Функціональний тренінг		
ВК3	5. Теорія та методика юнацького спорту	4	залік
	6. Сучасна світова та українська культура		
ВК4	7. Основи риторики	4	залік
	8. Етика та естетика		
ВК5	9. Теорія та методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін (гімнастика, плавання, легка атлетика)	4	залік
	10. Соціологія фізичної культури і спорту		
ВК6	11. Спортивно-оздоровча робота в таборах відпочинку	4	залік
	12. Анімаційна робота у фізичному вихованні та спорті		
ВК7	13. Хореографія спортивна	4	залік
	14. Музично-ритмічне виховання		
ВК8	17. Масаж	4	залік

	18. СПА-процедури та велнес-технології		
ВК9	13. Основи здоров'я та раціональне харчування	4	залік
	14. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні та спорті	4	залік
ВК10	15. Організація туристично-оздоровчої діяльності	4	залік
	16. Основи спортивного туризму		
ВК11	19. Організація фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів	4	залік
	20. Функціональні системи тренувань в спорті		
ВК12	21. Методика соціально-виховної роботи в сучасних умовах	4	залік
	22. Методика фізичного виховання в спеціальних медичних групах		
ВК13	23. Програмування фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми різного віку	4	залік
	24. Основи вікової та гендерної психології у фізичному вихованні та спорті		
ВК14	25. Підготовка суддів з фітнесу (за напрямками)	4	залік
	26. Спортивні танці		
ВК15	29. Нормативно-правове забезпечення спорту	4	залік
	30. Інноваційні засоби фітнесу у тренувальному процесі		
<b>Загальний обсяг вибіркового компоненту</b>		<b>60</b>	
<b>РАЗОМ</b>		<b>237</b>	
<b>Атестаційний екзамен</b>		<b>3</b>	Екзамен
<b>ЗАГАЛЬНИЙ ОБСЯГ КРЕДИТІВ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ</b>		<b>240</b>	

## **XI. Перелік нормативних документів, на яких базується освітня програма**

1. Європейська кредитна трансферно-накопичувана система / Довідник користувача. 2015. URL: <http://erasmusplus.org.ua/erasmus/ka3-pidtrymka-reform/natsionalnakomanda-ekspertiv-here/materiali-here.html>
2. Закон України «Про вищу освіту». URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
3. Закон України «Про освіту». URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.
4. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.
5. Концепція розвитку педагогічної освіти: затверджено Наказом Міністерства освіти і науки України від 01 липня 2018 р. № 776.
6. Методичні рекомендації щодо розроблення стандартів вищої освіти: затверджені наказом Міністерства освіти і науки України від 01.06.2016 № 600 зі змінами від 21.12.2017 № 1648. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/rekomendatsii-1648.pdf>
7. Національний класифікатор України: «Класифікатор професій» ДК 003:2010. К.: Видавництво "Соцінформ", 2010.
8. Положення про дуальну форму здобуття вищої та фахової перед вищої освіти у Комунальному закладі «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради та Харківському педагогічному фаховому коледжі Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»

Харківської обласної ради. URL: [http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/normatyvni/pologennya\\_dualna.pdf](http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/normatyvni/pologennya_dualna.pdf)

9. Положення про організацію освітнього процесу у КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» ХОР та її структурних підрозділах. URL: <http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/normatyvni/osvitni%20proces.pdf>

10. Положення про систему внутрішнього забезпечення якості вищої освіти. URL: <http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/normatyvni/yakyst/pologennya-systema.pdf>

11. Положення про стейкхолдеров освітніх програм Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. URL: [http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/normatyvni/pologennya\\_staykholder.pdf](http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/normatyvni/pologennya_staykholder.pdf)

12. Положенням про моніторинг і контроль якості освіти у Комунальному закладі «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. URL: [http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/normatyvni/pologennya\\_monitoring.pdf](http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/normatyvni/pologennya_monitoring.pdf)

13. Статут КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» ХОР (нова редакція). URL: <http://www.hgpa.kharkov.com/wp-content/uploads/2019/normatyvni/statut.pdf>

14. Постанова Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р. № 1341 «Про затвердження Національної рамки кваліфікацій». URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1341-2011-p>.

15. Постанова Кабінету Міністрів від 29 квітня 2015 р. № 266 «Про затвердження переліку галузей знань і спеціальностей, за якими здійснюється підготовка здобувачів вищої освіти». URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/266-2015-p>.

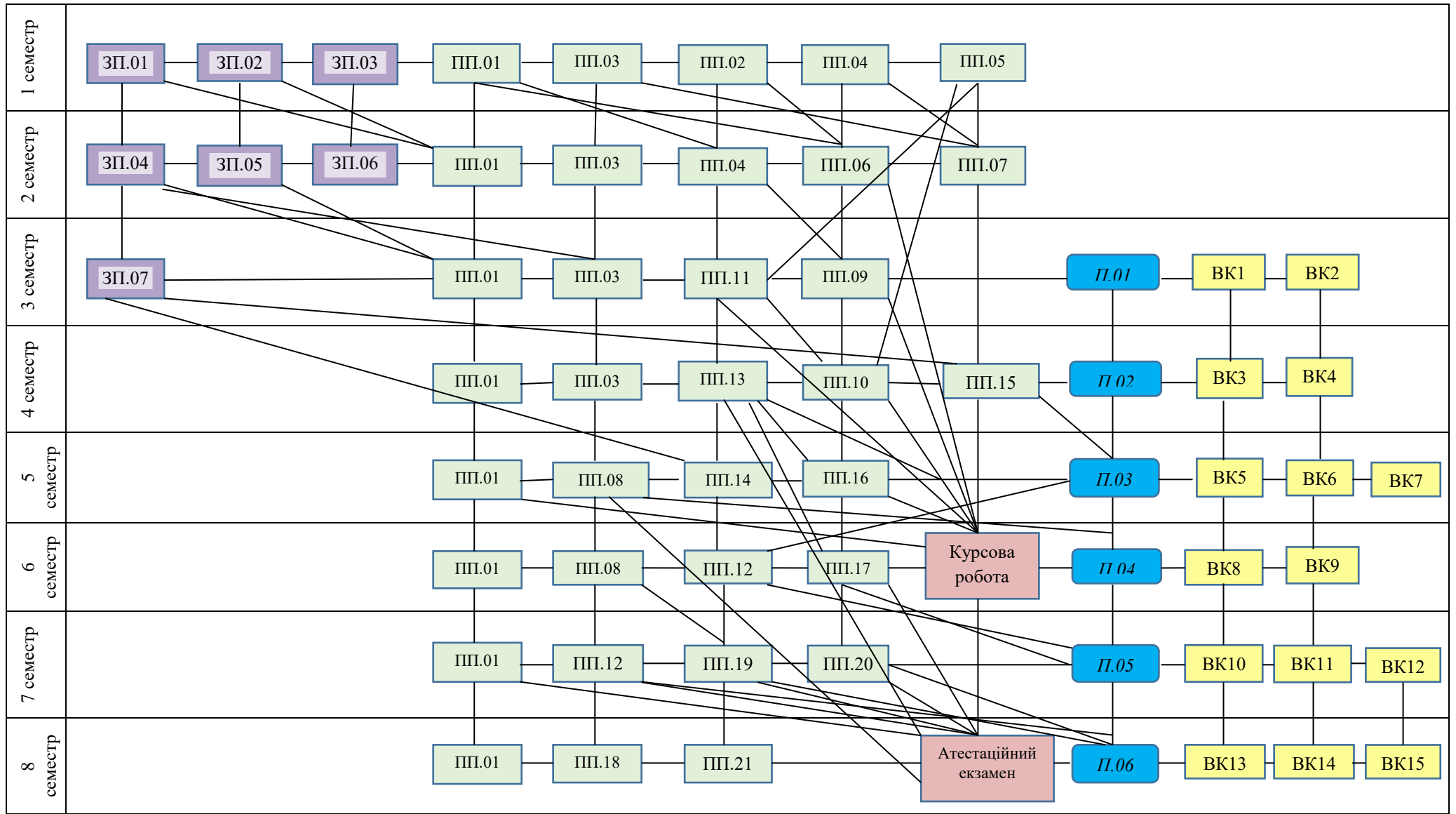
16. Постанова Міністрів України від 30 грудня 2015 р. № 1187 «Про внесення змін до постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження Ліцензійних умов провадження освітньої діяльності» від 30 грудня 2015 р. №1187. URL: <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-vnesennya-zmin-do-postanovi-kabinetu-ministriv-ukrayini-vid-30-grudnya-2015-r-1187>

17. Стандарт вищої освіти України за спеціальності 017 Фізична культура і спорт галузі знань 01 Освіта / Педагогіка для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Наказ МОН України № 567 від 24.04.19 р. Київ, 2019. 12 с.

18. Aligning a European Higher Education Structure in Sport Science. URL: <http://eose.org/ressource/aehehis>



Структурно-логічна схема ОПП для здобувачів вищої освіти



освітні компоненти загальної підготовки

освітні компоненти професійної підготовки

вибіркові освітні компоненти

практика

**Пояснювальна записка до освітньої програми «Фізична культура і спорт (фітнес)» першого (бакалаврського) рівня,  
галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт**

Таблиця 1

**Матриця відповідності визначених Стандартом компетентностей дескрипторам НРК**

<b>Класифікація компетентностей за НРК</b>	<b>Знання</b>	<b>Уміння</b>	<b>Комунікація</b>	<b>Автономія та відповідальність</b>
	<b>31</b> Концептуальні знання, набуті у процесі навчання та професійної діяльності, включаючи певні знання сучасних досягнень. <b>32</b> Критичне осмислення основних теорій, принципів, методів і понять у навчанні та професійній діяльності.	<b>У1</b> Розв'язання складних непередбачуваних задач і проблем у спеціалізованих сферах професійної діяльності та/або навчання, що передбачає збирання та інтерпретацію інформації (даних), вибір методів та інструментальних засобів, застосування інноваційних підходів.	<b>К1</b> Донесення до фахівців і нефахівців інформації, ідей, проблем, рішень та власного досвіду в галузі професійної діяльності. <b>К2</b> Здатність ефективно формувати комунікаційну стратегію.	<b>AB1</b> Управління комплексними діями або проектами, відповідальність за прийняття рішень у непередбачуваних умовах. <b>AB2</b> Відповідальність за професійний розвиток окремих осіб та/або груп осіб здатність до подальшого навчання з високим рівнем автономності.
<b>Загальні компетентності (ЗК)</b>				
<b>ЗК1</b>	31			AB2
<b>ЗК2</b>	32		K1	AB1
<b>ЗК3</b>	32		K2	AB1
<b>ЗК4</b>	32	У1		AB1
<b>ЗК5</b>		У1		
<b>ЗК6</b>	32		K1, K2	AB2
<b>ЗК7</b>	31			
<b>ЗК8</b>	31	У1	K1	
<b>ЗК9</b>		У1	K1, K2	
<b>ЗК10</b>	32			AB2
<b>ЗК11</b>			K1	AB1
<b>ЗК12</b>	32	У1	K1	AB1
<b>Фахові компетентності (ФК)</b>				
<b>ФК1</b>	31	У1	K1	AB1
<b>ФК2</b>	31	У1		AB2
<b>ФК3</b>	31	У1	K1	AB2
<b>ФК4</b>	31	У1	K1	
<b>ФК5</b>	31			AB1
<b>ФК6</b>	32	У1		
<b>ФК7</b>	31	У1		
<b>ФК8</b>	31	У1	K1	
<b>ФК9</b>	31			
<b>ФК10</b>	32	У1	K1	
<b>ФК11</b>	31	У1		
<b>ФК12</b>	31	У1		AB1
<b>ФК13</b>	31, 32	У1	K2	AB2
<b>ФК14</b>	31	У1	K1	AB2
<b>ФК15</b>	31	У1		AB2
<b>ФК16</b>	31	У1		AB2
<b>ФК17</b>	31	У1		AB2
<b>ФК18</b>	31	У1		AB2
<b>ФК19</b>	31	У1		AB2

Таблиця 2

## Матриця відповідності визначених освітньою програмою компетентностей та результатів навчання

Програмні результати навчання	Компетентності		
	Інтегральна компетентність	Загальні компетентності	Фахові компетентності
PH1	+	1, 2, 3, 4, 10	1, 16
PH2	+	1, 3, 6, 7, 9, 11	1, 7, 14, 16
PH3	+	1, 4, 5, 8, 9	7, 10, 13
PH4	+	1, 5, 10	14
PH5	+	1, 4, 5, 8, 9, 10, 12	14, 15, 16
PH6	+	1, 4, 5, 6, 9	7, 8, 10, 11, 15, 16
PH7	+	1, 8, 12	2, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 18
PH8	+	1, 8, 11, 12	1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 19
PH9	+	1, 2, 3, 8, 12	4, 5, 10, 14
PH10	+	1, 8, 12	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12
PH11	+	1, 4, 8, 12	4, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15
PH12	+	1, 2, 3, 9, 11	6
PH13	+	12	1, 2, 3, 5
PH14	+	1, 12	7, 8
PH15	+	1, 8, 12	1, 5, 7, 9
PH16	+	1, 12	9
PH17	+	1, 12	10, 12
PH18	+	1, 12	11, 15
PH19	+	1, 4, 5, 8, 9, 10, 12	13, 14
PH20	+	1, 12	13
PH21	+	1, 8, 12	2, 14, 15, 16, 17, 18
PH22	+	3, 12	7, 11, 15, 16, 17, 18
PH23	+	1, 8, 12	15, 16, 17, 18
PH24	+	1, 8, 12	2, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18
PH25	+	1, 8, 12	2, 19



Таблиця 4

## Матриця забезпечення програмних результатів навчання (РН) відповідними компонентами освітньої програми

Програмні результати навчання	ЗП.01	ЗП.02	ЗП.03	ЗП.04	ЗП.05	ЗП.06	ЗП.07	ПП.01	ПП.02	ПП.03	ПП.04	ПП.05	ПП.06	ПП.07	ПП.08	ПП.09	ПП.10	ПП.11	ПП.12	ПП.13	ПП.14	ПП.15	ПП.16	ПП.17	ПП.18	ПП.19	ПП.20	ПП.21	ПП.22	П.01	П.02	П.03	П.04	П.05	П.06				
РН1				•		•	•	•									•					•					•							•		•			
РН2			•		•			•		•							•					•					•						•	•	•	•			
РН3		•						•													•						•									•			
РН4	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•			
РН5								•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•				•	•	•			
РН6																					•																		
РН7										•											•		•				•		•		•				•	•	•		
РН8										•										•																	•		
РН9								•										•	•								•		•	•	•					•	•	•	
РН10								•		•			•				•					•						•	•	•	•					•	•	•	
РН11																							•					•	•										
РН12									•											•				•															
РН13								•		•							•						•														•	•	
РН14											•							•	•																				
РН15										•			•				•					•						•		•	•						•	•	•
РН16										•							•												•	•							•	•	•
РН17				•				•									•					•																	
РН18						•		•					•				•						•	•					•	•									
РН19				•		•		•									•				•						•										•	•	•
РН20								•																			•		•	•									
РН21		•		•		•		•	•		•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•								
РН22						•				•				•							•	•															•	•	•
РН23								•																				•										•	•
РН24										•																		•									•	•	•
РН25										•													•			•									•	•	•	•	•

