

Рецензія
на освітньо-професійну програму
«Фітнес та фізкультурно-оздоровчі технології»
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт»
Київського національного університету технологій та дизайну

Розвиток фітнес-індустрії вимагає від сучасних фахівців не лише глибокого розуміння тренувальних процесів, а й вміння адаптувати методики під індивідуальні потреби клієнтів. Освітньо-професійна програма «Фітнес та фізкультурно-оздоровчі технології» загалом відповідає цим вимогам, проте має певні аспекти для вдосконалення.

Оскільки випускники працюватимуть у фітнес-клубах, центрах та фізкультурно-спортивних організаціях, важливо, щоб їхня підготовка охоплювала не тільки класичні теоретичні основи (анатомія, біомеханіка, спортивна медицина), а й поглиблену практику сучасних тренувальних методик.

Програма містить курс «Фітнес-технології», що є базовим для освітньої програми, містить модулі з персоналізованого тренування, функціонального тренінгу та реабілітаційного фітнесу. Ключовим аспектом підготовки майбутнього тренера є робота з реальними клієнтами, що передбачає не лише фізичну активність, але й консультування з питань харчування, мотивації та відновлення.

Позитивні сторони програми: включає навчальну та виробничу практику, що дає студентам можливість працювати у спортивних клубах та оздоровчих закладах; забезпечує знання з медико-біологічних основ, що дозволяє тренерам ефективно оцінювати фізичний стан клієнтів; навчає методики викладання спортивних дисциплін – важливий аспект професійної діяльності тренера; забезпечує знання з психологічних основ фізкультурно-спортивної та рекреаційної діяльності, що дозволяє тренерам розуміти основи мотивації, психологічні аспекти тренувального процесу; навчає іноземній мові фахового спрямування – важливий елемент для роботи з міжнародними сертифікаціями та участі у тренерських конвенціях.

Університет інтегрує цифрові технології в освітній процес, освітня програма містить ОК «Інформаційні системи та технології», проте було б корисно додати ОК з використання мобільних додатків та онлайн-програм для фітнес-консультантів.

Випускники цієї програми мають широкі можливості для працевлаштування, включаючи позиції тренерів, консультантів з оздоровчих технологій та менеджерів спортивних проєктів.

Освітньо-професійна програма «Фітнес та фізкультурно-оздоровчі технології» є актуальною, має чітку структуру, логічну послідовність, забезпечує випускникам необхідний рівень теоретичних знань та практичних навичок, необхідні компетентності для роботи у сфері фізичної культури, спорту та здорового способу життя.

Рекомендації для покращення: посилити акцент на індивідуальні тренувальні стратегії та роботу з клієнтами VIP-сегменту; розширити використання цифрових інструментів та мобільних фітнес-додатків; розширити модуль про фітнес-менеджмент та маркетинг, адже багато тренерів працюють самостійно або відкривають власні студії, впровадити більше практичних кейсів з фітнес-менеджменту та бізнес-стратегій, що моделюють реальні робочі ситуації тренера.

Рецензент:

Бондаренко Олена Віталіївна,
майстер спорту України з академічного
веслування, персональний тренер
з фітнесу SPORT LIFE

16.05.2025

