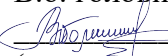
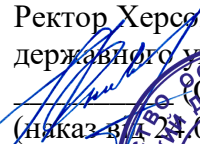


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Херсонський державний університет

СЕРТИФІКАТНА ПРОГРАМА
«Фізичне здоров'я: фітнес, рекреація, харчування та стрес-менеджмент»

ЗАТВЕРДЖЕНО
вченою радою Херсонського
державного університету
В.о. голови вченої ради ХДУ
 (Володимир ОЛЕКСЕНКО)
(протокол від 23.03.2026р. № 12)

Сертифікатна програма вводиться в дію
з 24.03.2026р.

Ректор Херсонського
державного університету
 (Олександр СПІВАКОВСЬКИЙ)
(наказ від 24.03.2026р. № 170-Д)



Івано-Франківськ, 2026

Розроблено робочою групою у складі:

П.І.П. керівника та членів	Посада (для зовнішніх сумісників - місце основної роботи, посада)	Найменування закладу, що закінчив викладач (рік закінчення, спеціальність, кваліфікація згідно з документом про вищу освіту)	Науковий ступінь, шифр і найменування спеціальності, тема дисертації, вчене звання, за якою кафедрою (спеціальністю) присвоєно	Стаж науково-педагогічної та/або наукової роботи	Інформація про наукову діяльність (основні публікації за напрямом, науково-дослідна робота, участь у конференціях і семінарах, робота з аспірантами, керівництво науковою роботою здобувачів)	Відомості про підвищення кваліфікації викладача (найменування закладу, тип документу, тема, дата видачі)
Керівник						
Головченко Ігор Валентинович	Доцент кафедри біології людини та імунології Херсонського державного університету	Диплом спеціаліста Херсонський державний університет Педагогіка і методика середньої освіти. Хімія і біологія. Вчитель хімії, біології, основ екології і безпеки життєдіяльності. 01.06.2004	Диплом кандидата наук ДК 014526 Кандидат біологічних наук 03.00.13 – фізіологія людини і тварин Електрофізіологічні та гемодинамічні особливості головного мозку дітей 8-12 років з порушенням рухової активності центрального походження Херсонський державний університет 31.05.2013	15 років	У науковому доробку Головченка І.В. 50 публікацій, з яких 3 методичних рекомендацій, 19 статей у провідних наукових фахових виданнях України (з яких 6 – одноосібні; 5 включені до наукометричних баз Scopus та Web of Science), 7 статей в інших виданнях, 10 тез доповідей на конференції та розділ в колективній монографії. І.В. Головченко Основні публікації за напрямом: Shkuropat A.V., Shvets V.A., Golovchenko I.V., Prosiannikova, Ya.M. Influence of biologically active substances on synthesis function and cellular destruction of hepatocytes in vitro. – Fiziol. Zh. 2022; 68(5): 60-66 https://doi.org/10.15407/fz68.05.060 https://fz.kiev.ua/index.php?abs=1935 Shkuropat A.V., Golovchenko I.V., Tarasova O.O., Shvets V.A.. Study of the electroencephalogram of children with sensor and motor deprivation Fiziol. Zh. 2023;69(4):11-18 DOI: https://doi.org/10.15407/fz69.04.011 https://fz.kiev.ua/index.php?abs=1986 Мавродій К.П., Головченко І.В., Аравіцька М.Г., Чурпій І.К., Морозенко Д.В., Данильченко С.І. Фізична реабілітація підлітків раннього віку (10–14 років) зі сколіотичною поставою: огляд доказових методів. International medical herald. 2025. 1 (3-4). 57-65. Войтенко Д.О., Головченко І.В., Тарасова О.О., Морозенко Д.В., Данильченко С.І. Physical activity and rehabilitation strategies in the comprehensive management of type 2 diabetes. Актуальні проблеми сучасної медицини: Вісник Української медичної стоматологічної академії. 2025. 25(3). 305-310. Danilchenko S.I.,	«Методика викладання основ здоров'я у закладі вищої освіти» № 2011/21 Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка. Обсяг 180 годин (6 кредит ЄКТС).

					<p>Golovchenko I.V., Kovalyova K.I. Theoretical bases of recovery of athletes after injuries and operations (literature review). 2025. 1 (2). 44-49.</p> <p>Хан А.Ю., Тарасова О.О., Данильченко С.І., Головченко І.В., Морозенко Д.В. Physical therapy in gerontology: opportunities for enhancing quality of life amid population ageing. Експериментальна і клінічна медицина. 94 (2). 2025. 41-54.</p>	
Члени						
Шкуропат Анастасія Вікторівна	Доцент кафедри біології людини та імунології Херсонського державного університету	Диплом спеціаліста Херсонський державний університет Педагогіка і методика середньої освіти. Біологія. Викладач біології, вчитель валеології та основ екології 19.06.2007	Диплом кандидата наук ДК 004452 Кандидат біологічних наук 03.00.13 – фізіологія людини і тварин Біоелектрична активність та кровообіг головного мозку приглухуватих підлітків Херсонський державний університет 17.02.2012	13 років	У науковому доробку Шкуропат А.В.. 48 публікацій, з яких 5 методичних рекомендацій, 19 статей у провідних фахових виданнях України (5 включені до наукометричних баз Scopus та Web of Science), 11 статей в інших виданнях, 9 тез доповідей на конференції та розділ в колективній монографії. Основні публікації: Шкуропат А.В. Структура навчальної мотивації учнів старших класів / А.В. Шкуропат, І.В. Головченко, С.Д. Рудишин // Педагогічні науки : теорія та практика. - Запоріжжя: Видавничий дім «Гельветика», 2021. - № 3 (39). - С. 19-26. Шкуропат, А.В., Головченко, І.В., Юріна, Ю.М. (2021) Формування компетентностей у майбутніх вчителів біології та основ здоров'я у закладі середньої освіти. Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія «Педагогічні науки». (2). 188-193. https://ped-ejournal.cdu.edu.ua/article/download/4285/4558 Shkuropat A.V., Shvets V.A., Golovchenko I.V., Prosiannikova Ya. M. Influence of biologically active substances on synthesis function and cellular destruction of hepatocytes in vitro. Фізіологічний журнал. 2022. 68(5): 60-66. 13084 Шкуропат А.В., Швець В.А., Головченко І.В., Гасюк О.М. Цитокініндуковані зміни в поглинанні глюкози та активності піруваткінази в органотипових культурах. Фізіологічний журнал. 2025. 71(4). 22-28. Shkuropat A.V., Golovchenko I.V., Tarasova	Проходження стажування для отримання сертифікату з основ здоров'я на базі Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка, кафедрі теорії та методики викладання природничих дисциплін з 17.05.2021 до 17.11.2021 р. №336-К. Сертифікат № 2021/21 від 17.11.2021. Тема: «Використання морфометричних методів у процесі викладання лабораторних курсів». Обсяг 180 годин (6 кредитів ЄКТС)

					O.O., Shvets V.A.. Study of the electroencephalogram of children with sensor and motor deprivation <i>Fiziol. Zh.</i> 2023;69(4):11-18 DOI: https://doi.org/10.15407/fz69.04.011 https://fz.kiev.ua/index.php?abs=1986	
Васильєва Наталія Олегівна	Доцентка кафедри фізичної терапії та ерготерапії	Херсонський державний університет 2007 рік Напрямок підготовки: ПМСО. Біологія. Хімія Кваліфікація: бакалавр, вчитель біології Диплом: ХЕ № 32845885 07.07.2007 рік Херсонський державний університет 2008 рік Спеціальність: ПМСО. Біологія. Кваліфікація: викладач біології, вчитель хімії, валеології та основ екології Диплом: ХЕ № 34775407 20.06.2008 рік Запорізький національний університет 2012 рік Спеціальність: 7.010203. Фізична реабілітація Кваліфікація: викладач фізичного виховання і спорту, фахівець з фізичної реабілітації Диплом: 12 ДСК № 241946 05.06.2012 рік	Кандидат біологічних наук. Спеціальність: 03.00.13 Фізіологія людини і тварин. Диплом: ДК № 021046 03.04.2014 Тема: «Електрична активність та кровообіг головного мозку хлопчиків дошкільного віку з різними темпо- ритмічними характеристиками мовлення». Таврійський національний університет ім. В.І. Вернадського Доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії Атестат: АД № 006959 09.02.2021 Херсонський державний університет	13 років	<u>Scopus</u> : Vasylieva N.O. Influence of therapeutic gymnastics on body weight composition, anthropometric parameters and quality of life of women with obesity in the conditions of quarantine restrictions in the context of the COVID-19 pandemic. <i>Wiad Lek.</i> 2023;76(1):90-96. doi: 10.36740/WLek202301113 <u>Web of Science Core Collection</u> Vasylieva, Nataliia, Drozd, Lidiia (2023). Restoration of motor and psychomotor spheres in children with autism. <i>Acta Balneol</i> 2(174), 87–93. DOI:10.36740/ABAL202302 104 Vasylieva, N. & Drozd, L. (2023). Aspects of the peculiarities of the formation of social and household skills in children with the disorders of the autistic spectrum. <i>BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience</i> , 14(4), 319– 330. https://doi.org/10.18662/brain/14.1/422 Vasylieva, N., ets (2023). New Physical and Neurophysiological Rehabilitation Programmes for Women of Childbearing Age. <i>BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience</i> , 14(4), 346- 369. https://doi.org/10.18662/brain/14.1/424 Vasylieva, Nataliia O. et al. “Physical Therapy of Elderly People with Lumbosacral Stoichondrosis in the Conditions of Sanatorium- resort Institution.” <i>Acta Balneologica</i> (2022): 400- 407 DOI:10.36740/ABal2022051 04 Vasylieva, Nataliia O. et al. “Effectiveness of Physical Therapy in Middle-Aged Women with Alimentary Form of Obesity of the First Degree.” <i>Acta Balneologica</i> (2022): 64(3):230-234. DOI:10.36740/ABal2022031 05 Vasylieva, Nataliia et al. “Speech Therapy as a Component of Comprehensive Rehabilitation of Patients	Сумський державний університет, 2023 р. Свідectво про підвищення кваліфікації: СС № 05408289/1376-23 від 19.05.2023 Тема «Клінічний реабілітаційний менеджмент». 19.05.2023 р. 4 кредити (120 годин).

					with Acute Impairment of Cerebral Circulation.” <i>BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience</i> (2022): 13(3), 181-194. https://doi.org/10.18662/brain/13.3/361
Швець Віта Андріївна	викладач кафедри біології людини та імунології	Диплом магістра Херсонський державний університет, 2015 р. Спеціальність: біологія Кваліфікація: Біолог. Викладач біології Диплом М15 № 045566	-	1 рік	У науковому доробку Швець В.А. 21 публікація, з яких 3 навчально-методичні праці, 9 статей у провідних наукових фахових виданнях України (з яких 3 включені до наукометричних баз Scopus та Web of Science). Основні публікації за напрямом : Швець В.А., Гасюк О.М. Рівень кортизолу та динаміка поведінкових реакцій у мишей під впливом інтерлейкіну-2 в умовах фізичних тренувань. Вісник медичних і біологічних досліджень. 2021. 2(8): 95-102. DOI: 10.11603/bmbr.2706-6290.2021.2.11942 Швець В.А. Вплив інтерлейкіну-2 на стан кісткового мозку в умовах фізичних тренувань. Вісник медичних і біологічних досліджень. 2022. 4(3): 63-70. DOI 10.11603/bmbr.2706-6290.2022.3.13084 Shkuropat A.V., Shvets V.A., Golovchenko I.V., Prosiannikova Ya. M. Influence of biologically active substances on synthesis function and cellular destruction of hepatocytes in vitro. Фізіологічний журнал. 2022. 68(5): 60-66. 13084 Шкуропат А.В., Швець В.А., Головченко І.В., Гасюк О.М. Цитокініндуковані зміни в поглинанні глюкози та активності піруваткінази в органотипових культурах. Фізіологічний журнал, 2025. 71(4). 22-28. Shkuropat A.V., Golovchenko I.V., Tarasova O.O., Shvets V.A.. Study of the electroencephalogram of children with sensor and motor deprivation Fiziol. Zh. 2023;69(4):11-18 DOI: https://doi.org/10.15407/fz69.04.011 https://fz.kiev.ua/index.php?abs=1986 Солоня Ю.О., Швець, В.А. Стресостійкість здобувачів вищої освіти в умовах війни та дистанційного навчання: аналіз рівня тривоги та стресу. <i>Медична освіта</i> , 2025. 4. 103-110. https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2025.4.15853 .

Солона Юлія Олександрівна	Старша викладачка кафедри медицини	Диплом магістра Херсонський державний університет, 2012 р., спеціальність: 804010201. ПМСО. Біологія*, кваліфікація: біолог, викладач біології, диплом ХЕ №43551238	Диплом кандидата наук ДК 059774 Кандидат педагогічних наук 13.00.04 – Теорія і методика професійної освіти Херсонський державний університет 12.02.2021	5 років	У науковому доробку Солона Ю.О. 30 публікацій, з яких 1 навчально-методичний та 1 навчальний посібники, 20 статей у провідних наукових фахових виданнях України (з яких 2 включені до наукометричних баз Scopus та Web of Science), 6 статей в інших виданнях Основні публікації за напрямом: Солона, Ю. О., Бондаренко, Л. О., Шикуча, О. П., Олійник, А. В. (2025). Гендерні нейропсихологічні відмінності у сприйнятті та переживанні стресу. <i>Наукові інновації та передові технології</i> . Серія «Психологія», 10(50), 1630–1642. Солона Ю.О., Швець, В.А. Стресостійкість здобувачів вищої освіти в умовах війни та дистанційного навчання: аналіз рівня тривоги та стресу. <i>Медична освіта</i> , 2025. 4. 103-110. https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2025.4.15853 . Особливості стратегії подолання при розладах харчової поведінки (нервова анорексія, булімія, переїдання) / Марциняк-Дорош О. М., Солона Ю. О., Дворніченко Л. Л., Войцеховська О. В. // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Сер.: Психологічні науки. – 2025 у друці Солона Ю.О., Шкраб'юк В.С., Прокоф'єва О.А., Базика С.Л., Медвідь І. В. Нейробіологічні та психологічні чинники стресостійкості особистості. Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія. 2025 у друці	Міжнародне підвищенні кваліфікації на тему: «Тактична медицина, парамедицина та медицина катастроф в період війни: зарубіжний та вітчизняний досвід». Люлін (Польща) 2023 рік (ESN№17927 від 28.12.2023) Херсонський державний університет, Інформаційна підтримка викладання освітніх компонент у ЗВО та перспективи організації освітнього процесу засобами цифровізації, 180 годин / 6 кредити ЄКТС, ЗВІТ про підвищення кваліфікації (стажування) від 28.10.2024 року
------------------------------	---	---	--	---------	--	--

1. Загальна інформація	
Повна назва закладу освіти структурного підрозділу та вищої та	Херсонський державний університет Факультет біології, географії та екології Медичний факультет
Офіційна назва сертифікатної програми	Фізичне здоров'я: фітнес, рекреація, харчування та стрес-менеджмент Physical Health: Fitness, Recreation, Nutrition and Stress Management
Обсяг сертифікатної програми	16 кредитів ЄКТС / 480 годин
Тривалість сертифікатної програми	Довгострокова Long term
Передумови	Всі бажаючі старші 16 років. усіх, хто прагне докластися до конструктивних змін в локальних спільнотах та загальноукраїнському контексті через свою професійну діяльність.
Мова (и) викладання	Українська
Термін дії сертифікатної програми	Оновлення 1 раз на 2 роки
Інтернет-адреса постійного розміщення опису сертифікатної програми	https://www.kspu.edu/Education/CertPrograms.aspx
2. Мета сертифікатної програми	
Формування у здобувачів, незалежно від їхньої основної спеціальності, ґрунтовних теоретичних знань та практичних навичок у сфері здорового способу життя, фітнесу, рекреаційної діяльності та самоорганізації фізичної активності, що є ключовими для підвищення особистої ефективності, збереження фізичного та ментального здоров'я, а також сприяє інтеграції принципів добробуту у професійну та повсякденну діяльність.	
3. Характеристика сертифікатної програми	
Предметна область (галузь знань, спеціальність)	Сертифікатна програма є мультидисциплінарною та інтегрує знання з декількох галузей: А Освіта, Е Природничі науки, математика та статистика, І Охорона здоров'я та соціальне забезпечення. У загальному обсязі програми (16 кредитів ЄКТС/480 годин) компоненти розподілені рівномірно (по 25% кожен).
Орієнтація сертифікатної програми	Прикладна. Сертифікатна програма має міждисциплінарну орієнтацію та зосереджується на наданні знань і навичок для підтримання фізичного, ментального та соціального благополуччя незалежно від основної спеціальності; навчання основам планування та проведення індивідуальної та групової рухової рекреаційної активності; створення цінності для майбутніх фахівців у будь-якій сфері, оскільки здоровий спосіб життя і навички управління стресом є ключовими для продуктивності та успіху.
Основний фокус сертифікатної програми та	Програма орієнтована на забезпечення здобувачів універсальними знаннями та практичними інструментами для підтримки високої працездатності, ментальної стійкості та профілактики неінфекційних

спеціалізації	захворювань протягом їхнього навчання та подальшої професійної діяльності, незалежно від їхньої основної спеціальності. Ключові слова: освіта, основи здоров'я, фізичне здоров'я, фізична активність, фітнес, рекреація, особисте благополуччя, адаптація, стрес-менеджмент, емоційне вигорання (профілактика), здоровий спосіб життя, адаптивний фітнес, рекреаційні техніки, самодіагностика здоров'я, здорове харчування, фізіологія для життя. Сертифікатна програма базується на Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2026 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація».
Особливості програми	Сертифікатна програма передбачає надання учасникам: знань та навичок для особистого благополуччя; опанування науково обґрунтованих методів оцінки власного здоров'я, планування рухової активності та корекції харчування, що дозволить ефективно підтримувати фізичне та ментальне здоров'я протягом усього життя; інструментів стрес-менеджменту та стійкості; практичних рекреаційних та фізичних технік для ефективного боротьби з академічним і професійним стресом та запобігання емоційному вигоранню; компетентності здоров'я; здатності критично оцінювати інформацію про фітнес і харчування та приймати усвідомлені рішення щодо свого способу життя.
4. Придатність до працевлаштування та подальшого навчання	
Придатність до працевлаштування	Сертифікатна програма орієнтована на формування професійної готовності здобувачів вищої освіти та діючих фахівців до впровадження технологій здорового способу життя, фітнесу та рекреації у професійну діяльність. Після проходження програми слухач матиме достатню підготовку для організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності, проведення моніторингу фізичного стану та розробки індивідуальних програм оздоровлення. Програма розширює перелік компетентностей для первинних посад відповідно до Національного класифікатора України «Класифікатор професій» ДК 003:2010: 3423 – фахівець з організації дозвілля; 3423 – інструктор-методист з фізичної культури і спорту (оздоровчий напрям); 3423 – фітнес-тренер; 5151 – фахівець з велнесу (консультування з питань раціонального харчування та стрес-менеджменту); 2320 – вчитель закладу загальної середньої освіти (у частині викладання основ здоров'я та фізичної культури).
Подальше навчання	Не застосовано
5. Викладання та оцінювання	
Викладання та навчання	Студенто-центроване навчання, дистанційне та самонавчання, проблемно-орієнтоване навчання, практика із використанням загально- та спеціально-наукових методів навчання через лабораторну практику тощо.
Оцінювання	Оцінювання здійснюється за накопичувальною системою відповідно до Порядку оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти в ХДУ. Усне та письмове опитування, тестовий контроль, заліки, екзамени, презентація.
6. Програмні компетентності	
Інтегральна компетентність	ІК. Здатність до вирішення та розв'язання складних управлінських, спеціалізованих завдань та професійних проблем, що передбачає проведення теоретичних та емпіричних досліджень із застосуванням інноваційних і творчих підходів, що характеризується толерантністю до невизначеності.

	The ability to solve complex managerial, specialized tasks and professional problems in the field of physical education of a healthy lifestyle, which involves theoretical and empirical research using innovative and creative approaches, which is characterized by tolerance for uncertainty.
Загальні компетентності (ЗК)	<p>ЗК1. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина України.</p> <p>ЗК2. Базові загальні наукові знання в обсязі, достатньому для формування природно-наукового світогляду та здорового способу життя.</p> <p>ЗК3. Визнання та дотримання морально-етичних аспектів професійної діяльності і необхідності інтелектуальної чесності та здатність діяти соціально, відповідально та свідомо, а також здатність забезпечити безпеку життєдіяльності.</p> <p>ЗК4. Здатність до пошуку, обробки та аналізу інформації, вміння виявляти проблеми і формулювати завдання, збирати дані, аналізувати їх та пропонувати рішення.</p> <p>ЗК5. Здатність адаптуватися до динамічного сьогодення та майбутнього, діяти в новій ситуації, готовність застосовувати набутий досвід для збереження власного здоров'я та здоров'я інших.</p> <p>ZK1. The ability to exercise one's rights and obligations as a member of society, to realize the values of a civil (free democratic) society, the rule of law, the rights and freedoms of a person and a citizen of Ukraine.</p> <p>ZK2. Basic general scientific knowledge in a volume sufficient for the formation of a natural-scientific worldview and a healthy lifestyle.</p> <p>ZK3. Recognition and observance of the moral and ethical aspects of professional activity and the need for intellectual honesty and the ability to act socially, responsibly and conscientiously, as well as the ability to ensure life safety.</p> <p>ZK4. The ability to search, process and analyze information, the ability to identify problems and formulate tasks, collect data, analyze them and propose solutions.</p> <p>ZK5. The ability to adapt to the dynamic present and future, to act in a new situation, the willingness to apply the acquired experience to preserve one's own health and others.</p>
Фахові компетентності спеціальності (ФК)	<p>ФК1. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.</p> <p>ФК2. Здатність розуміти і застосовувати базові знання про здоров'я, його значення для людини, прихильність необхідності збереження здоров'я та вміння використовувати оздоровчих технологій в професійній діяльності.</p> <p>ФК3. Здатність застосовувати знання з вікової фізіології для організації професійній діяльності і спілкування особистості в різні вікові періоди та враховувати вікові особливості людини в навчальній та психолого-педагогічній роботі.</p> <p>ФК4. Здатність до розуміння сучасних уявлень про принципи структурної організації та функціонування фізіологічних систем організму людини, про механізми фізіологічних процесів та підтримання гомеостазу; базові уявлення про біологію індивідуального розвитку.</p> <p>ФК5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</p> <p>ФК6. Здатність розробляти проекти та методичну документацію в галузі</p>

	<p>фізичної культури та здорового способу життя з урахуванням соціальних, морфо-функціональних, психологічних особливостей контингенту різної статі та віку, природних та економічних особливостей регіону.</p> <p>FK1. The ability to organize health-improving and recreational physical activity of different groups of the population.</p> <p>FC2. The ability to understand and apply basic knowledge about health, its significance for a person, commitment to the need to maintain health and the ability to use health technologies in professional activities.</p> <p>FC3. The ability to apply knowledge of age-related physiology to organize professional activities and communication of a person in different age periods and take into account the age characteristics of a person in educational and psychological and pedagogical work.</p> <p>FC4. The ability to understand modern ideas about the principles of the structural organization and functioning of the physiological systems of the human body, the mechanisms of physiological processes and the maintenance of homeostasis; basic ideas about the biology of individual development</p> <p>FC5. The ability to improve human health through the use of physical activity, rational nutrition and other factors of a healthy lifestyle.</p> <p>FC6. The ability to develop projects and methodological documentation in the field of physical culture and a healthy lifestyle, taking into account the social, morpho-functional, psychological characteristics of the contingent of different sex and age, natural and economic characteristics of the region.</p>
7. Програмні результати навчання	
Програмні результати навчання (ПРН)	<p>ПРН 1. Знання та розуміння основ біологічної науки на рівні, необхідному для професійної діяльності. Оперування сучасною термінологією, науковими поняттями, законами, концепціями, вченнями і теоріями.</p> <p>ПРН 2. Використання інноваційних підходів та застосування набутих знань за спеціалізацією для вирішення конкретних практичних завдань, моделювання об'єктів і процесів у живих організмах та їхніх компонентах із використанням математичних методів й інформаційних технологій</p> <p>ПРН 3. Самостійне вимірювання антропометричних, фізіометричних й функціональних показників за допомогою апаратної та інструментальної діагностики, використання біоетичних принципів проведення валеологічних експериментів.</p> <p>ПРН 4. Створення індивідуальних оздоровчих програм, застосування методів валеологічної профілактики та оздоровлення, здоров'язберезувальні технології, опис джерел та етапів розвитку, теорії і технології, принципів, засобів та методів, методологічних та педагогічних основ і форм організації занять здоров'язберезувальної спрямованості.</p> <p>ПРН 5. Здійснення навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.</p> <p>ПРН 6. Демонстрування готовності до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.</p> <p>ПРН 7. Оцінка рухової активності людини та її фізичного стану, складання та реалізування програми кондиційного тренування, організування та проведення фізкультурнооздоровчих заходів.</p> <p>ПРН 8. Використання інноваційних технологій в галузі фізичної культури і спорті та професійній діяльності; розробка інноваційних</p>

	<p>програм спортивної та спортивно-оздоровчої діяльності з урахуванням виникаючих потреб.</p> <p>ПРН 9. Застосування сучасних методів управління в організаціях фізкультурно-спортивної спрямованості, розроблення технологій з прийняття та реалізації управлінських рішень в мережі фізкультурно-спортивних послуг.</p> <p>PRN 1. Knowledge and understanding of the basics of biological science at the level necessary for professional activity. Operating with modern terminology, scientific concepts, laws, concepts, teachings and theories.</p> <p>PRN 2. Uses innovative approaches and applies the acquired knowledge of specialization to solve specific practical problems, models objects and processes in living organisms and their components using mathematical methods and information technologies</p> <p>PRN 3. Independently measures anthropometric, physiometric and functional indicators using hardware and instrumental diagnostics, uses bioethical principles for conducting valeological experiments.</p> <p>PRN 4. Creates individual health programs, applies methods of valeological prevention and recovery, health-saving technologies, describes the sources and stages of development, theories and technologies, principles, means and methods, methodological and pedagogical foundations and forms of organizing health-saving classes.</p> <p>PRN 5. To carry out training in motor actions and development of human motor qualities in the conditions of various forms of organization of physical exercises.</p> <p>PRN 6. Demonstrate readiness to strengthen personal and public health through the use of human physical activity and other factors of a healthy lifestyle, conducting explanatory work among different groups of the population.</p> <p>PRN 7. Assess the physical activity of a person and his physical condition, draw up and implement programs of conditioning training, organize and conduct sports and recreation activities.</p> <p>PRN 8. Use innovative technologies in the field of physical culture and sports and professional activities; to develop innovative programs of sports and sports and health-improving activities, taking into account emerging needs.</p> <p>PRN 9. Apply modern management methods in physical culture and sports organizations, develop technologies for making and implementing management decisions in the network of physical culture and sports services.</p>
8. Ресурсне забезпечення реалізації програми	
Кадрове забезпечення	Передбачає викладання дисциплін, науково-педагогічними працівниками факультетів біології, географії та екології, медичного, що працюють у ХДУ на постійній основі. З них: 3 кандидати біологічних наук та 1 кандидат педагогічних наук та магістр біології.
Матеріально-технічне забезпечення	Виконання програм навчальних дисциплін забезпечується матеріально-технічним оснащенням кабінетів, що відповідають Ліцензійним вимогам провадження освітньої діяльності. Освітній процес за сертифікатною програмою забезпечується навчально-методичними матеріалами кафедри, бібліотеки та цифровими ресурсами університету: платформа KSU Online та інтернет-ресурс ХДУ24.
Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	Освітній процес забезпечується інформаційними та навчально-методичними матеріалами, які розміщуються на офіційному сайті Херсонського державного університету, ресурсі ХДУ24, освітній платформі «KSU Online», віртуальному навчальному середовищі Moodle.

Для здобувачів доступний ліцензійний пакет MS Office 365. Доступ до наукової, методичної літератури та тематичних періодичних видань забезпечується Науковою бібліотекою ХДУ (Е-бібліотека, доступ до наукометричних баз даних Scopus і Web of Science, EBSCO).

Перелік компонент сертифікатної програми

Код н/д	Складові частини сертифікатної програми (навчальні дисципліни)	Кількість кредитів ЄКТС/годин	Форма підсумкового контролю
1	2	3	4
Освітні компоненти сертифікатної програми			
ОК 1	Фізіологічні основи здоров'я та ефективних оздоровчих тренувань Physiological bases of occupations by improving physical culture and fitness	4 кредити ЄКТС/ 120 годин	Залік
ОК 2	Діагностика та моніторинг здоров'я Diagnostics and health monitoring	4 кредити ЄКТС/ 120 годин	Залік
ОК 3	Основи харчування у фітнесі Fundamentals of nutrition in fitness	4 кредити ЄКТС/ 120 годин	Залік
ОК 4	Рекреаційні техніки та фізичні вправи як інструменти боротьби зі стресом і емоційним вигоранням. Recreational techniques and physical exercises as tools for combating stress and emotional burnout.	4 кредити ЄКТС/ 120 годин	Залік
ЗАГАЛЬНИЙ ОБСЯГ СЕРТИФІКАТНОЇ ПРОГРАМИ		16 кредитів ЄКТС/ 480 годин	

Структурно-логічна схема сертифікатної програми



Форма атестації здобувачів вищої освіти.

Отримання сертифікату. Довгострокові сертифікатні програми є профілізаційною складовою або засобом поглиблення і розширення програмних результатів навчання освітніх програм у межах вибіркового компоненту циклу загальної підготовки і можуть зараховуватись здобувачу вищої освіти до загального обсягу кредитів вибіркової частини його освітньої програми. Якщо здобувач опанував довгострокову сертифікатну програму не в повному обсязі, то освітні компоненти сертифікатної програми зараховуються йому до циклу загальної підготовки вибіркової частини освітньої програми в обсязі здобутих кредитів без отримання сертифікату.

*Матриця відповідності програмних компетентностей
компонентам сертифікатної програми*

	ОК1	ОК2	ОК3	ОК4
ІК	+	+	+	+
ЗК1		+		+
ЗК2	+	+		
ЗК3		+		+
ЗК4	+		+	+
ЗК5		+	+	+
ФК1	+			+
ФК2	+		+	+
ФК3	+			+
ФК4	+		+	
ФК5		+	+	
ФК6	+	+		+

*Матриця забезпечення програмних результатів навчання (ПРН)
відповідними компонентами сертифікатної програми*

	ОК1	ОК2	ОК3	ОК4
ПРН1	+	+	+	
ПРН2	+		+	
ПРН3		+		
ПРН4	+			+
ПРН5	+			+
ПРН6	+		+	+
ПРН7	+	+		+
ПРН8	+	+	+	+
ПРН9	+		+	

Керівник сертифікатної програми _____  _____ (Головченко І.В.)