

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ЧЕРКАСЬКА ОБЛАСНА ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ**  
**УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ЛУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ВАРНЕНСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ (БОЛГАРІЯ)**  
**МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТСЬКИЙ КОЛЕДЖ В М. ДОБРИЧ (БОЛГАРІЯ)**  
**ВИЩА ШКОЛА МІЖНАРОДНИХ ВІДНОСИН І СУСПІЛЬНОЇ КОМУНІКАЦІЇ В**  
**М. ХЕЛМ (ПОЛЬЩА)**  
**ВИЩА ШКОЛА ТУРИЗМУ ТА ЕКОЛОГІЇ В М. СУХА БЕСКИДЗЬКА (ПОЛЬЩА)**  
**ІНФОРМАЦІЙНІ ПАРТНЕРИ:**  
**УНІВЕРСИТЕТ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ М. ПЛОВДИВ (БОЛГАРІЯ)**  
**ВИЩА ШКОЛА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ НАУК М. ПШЕВОРСЬК (ПОЛЬЩА)**  
**“ASPECT-PRO LTD” (БОЛГАРІЯ)**  
**ЧЕРКАСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**КАФЕДРА ТУРИЗМУ ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОЇ СПРАВИ ЧДТУ**

**МАТЕРІАЛИ**  
**XVII МІЖНАРОДНОЇ**  
**НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**  
**«ТУРИСТИЧНИЙ ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННИЙ**  
**БІЗНЕС В УКРАЇНІ:**  
**ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ТА РЕГУЛЮВАННЯ»**  
26-27 березня 2026 року, м. Черкаси

**Том 1**

Черкаси



2026

УДК 379.85:640.4(063)  
М 34

Рекомендовано вченою радою  
Черкаського державного  
технологічного університету,  
протокол № 12 від 13.04.2026.

**Редакційна колегія:**

*Григор О.О.*, д-р політ. наук, професор;  
*Лазуренко В.М.*, д-р іст. наук, професор;  
*Чепурда Г.М.*, д-р іст. наук, професор;  
*Чепурда Л.М.*, д-р екон. наук, професор

Відповідальна за випуск: *Старинець О.А.*

**Матеріали XVII Міжнародної науково-практичної конференції**  
«Туристичний та готельно-ресторанний бізнес в Україні: проблеми  
М 34 розвитку та регулювання»: 26-27 березня 2026 року, м. Черкаси  
[Електронний ресурс]: у 2-х томах / М-во освіти і науки України,  
Черкас. держ. технол. ун-т. – Т. 1. – Черкаси : ЧДТУ, 2026. – 135 с.

Розглянуто актуальні питання стратегічного розвитку туристичного та готельно-ресторанного бізнесу в Україні і світі. Проаналізовано сучасні тенденції, проблеми державного регулювання та інтеграції України до світового простору в галузі туризму. Розкрито актуальні проблеми менеджменту та маркетингу, планування та прогнозування діяльності підприємств туристичного та готельно-ресторанного бізнесу. Проаналізовано науковий базис новітніх технологій в галузі туризму.

Для науковців, студентів, аспірантів та фахівців галузі.

**УДК 379.85:640.4(063)**

## АВТОРСЬКИЙ ПОКАЖЧИК

- Авдєєва Л. Ю. 72  
Авраменко В. П. 81  
Адаменко Є. С. 46  
Бейко Л. А. 108  
Бишовець Л. Г. 109  
Бойко Т. В. 84  
But I. V. 48  
But T. V. 48  
Васильєва А. Д. 122  
Гашимов М. Ф. 5  
Герман І. В. 34  
Гладкий О. В. 5  
Гриневич С. В. 12  
Д'яконова А. К. 114  
Данилюк А. М. 8  
Дащук Ю. Є. 12, 14  
Дзима В. В. 86  
Довгань Н. С. 94  
Задорожня Ю. С. 86  
Звоненко Б. Є. 119  
Зінько Ю. В. 51  
Зубехіна Т. В. 12, 14, 17, 19, 22  
Івашина Л. Л. 60, 117  
Калашніков А. О. 57  
Коваленко М. А. 36  
Козак Т. В. 17  
Колісниченко Т. О. 119  
Кудла Н. Є. 24  
Куракін О. Б. 60, 117  
Куриленко Ю. М. 72  
Лепкий М. І. 74  
Маланюк Т. З. 97  
Мальська М. П. 51  
Матвійчук Л. Ю. 19  
Мацук Ю. А. 122  
Миколенко Л. В. 86  
Михайлишин В. В. 63  
Мокрий А. В. 67  
Москвічова О. М. 124  
Мошкіна А. А. 124  
Нікітчина Т. І. 114, 124  
Оліферчук О. Г. 109  
Осипенкова І. І. 72  
Паламарчук І. Я. 99  
Роїк О. Р. 77  
Романюк В. С. 22  
Семенюк Д. В. 122  
Сердюк М. Є. 127  
Середа О. Г. 27  
Скутар Т. Д. 102  
Соболева А. С. 114  
Starynets O. A. 38  
Субота В. В. 29, 31, 41, 44  
Сухенко В. Ю. 72  
Таланчук Т. С. 14  
Транченко Л. В. 54  
Чепурда Л. М. 3, 67  
Чулкова Т. М. 104  
Шевчук О. М. 51  
Shestel O. G. 38

## З М І С Т

### СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ТА СТРАТЕГІЇ РОЗВИТКУ ТУРИСТИЧНОГО ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО БІЗНЕСУ

<b>Чепурда Л. М.</b> ІННОВАЦІЇ ТА ТРЕНДИ В ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ .....	3
<b>Гладкий О. В., Гашимов М. Ф.</b> ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ЦИФРОВІЗАЦІЇ РОБОТИ ТУРИСТИЧНОГО ПІДПРИЄМСТВА .....	5
<b>Данилюк А. М.</b> ОСОБЛИВОСТІ «ГЕНЕАЛОГІЧНОГО ТУРИЗМУ»: ПЕРЕДУМОВИ ВИНИКНЕННЯ, СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ В СВІТІ ТА УКРАЇНІ .....	8
<b>Дащук Ю. Є., Зубехіна Т. В., Гриневич С. В.</b> ВНУТРІШНІЙ ТУРИЗМ ЯК ЧИННИК ЕКОНОМІЧНОЇ СТАБІЛІЗАЦІЇ ВОЛИНИ .....	12
<b>Дащук Ю. Є., Зубехіна Т. В., Таланчук Т. С.</b> РОЛЬ ТУРИСТИЧНИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ЦЕНТРІВ У ПІДТРИМЦІ ТУРИСТИЧНОГО РИНКУ РЕГІОНІВ .....	14
<b>Зубехіна Т. В., Козак Т. В.</b> ОБҐРУНТУВАННЯ ЗАХОДІВ РОЗВИТКУ ТУРИЗМУ ЯК СПОСОБУ ВЗАЄМОДІЇ КУЛЬТУР В УКРАЇНІ.....	17
<b>Зубехіна Т. В., Матвійчук Л. Ю.</b> РОЛЬ МІСЦЕВИХ ГРОМАД У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ЗБАЛАНСОВАНОГО РОЗВИТКУ СУБ'ЄКТІВ КУЛЬТУРНОГО ТУРИЗМУ В РЕГІОНІ.....	19
<b>Зубехіна Т. В., Романюк В. С.</b> ІНСТИТУЦІЙНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ КУЛЬТУРНОГО ТУРИЗМУ В РЕГІОНІ .....	22
<b>Кудла Н. Є.</b> КОНЦЕПЦІЯ СТВОРЕННЯ МЕРЕЖІ НАВЧАЛЬНИХ СЕЛЯНСЬКИХ ГОСПОДАРСТВ ЯК ЕЛЕМЕНТ ПРОДУКТУ СІЛЬСЬКОГО ТУРИЗМУ (ПРАКТИЧНИЙ ДОСВІД ПОЛЬЩІ).....	24
<b>Середа О. Г.</b> ТЕРМОТЕРАПІЯ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ КОНКУРЕНТНИХ ПЕРЕВАГ САНАТОРНО-КУРОРТНИХ ЗАКЛАДІВ ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ.....	27
<b>Субота В. В.</b> СУЧАСНІ ФОРМИ ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ .....	29
<b>Субота В. В.</b> СТРАТЕГІЧНІ НАПРЯМИ РОЗВИТКУ ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ В СЕГМЕНТІ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ .....	31

## **ПРОБЛЕМИ ДЕРЖАВНОГО РЕГУЛЮВАННЯ ТА ІНТЕГРАЦІЇ УКРАЇНИ ДО СВІТОВОГО ПРОСТОРУ В ТУРИСТИЧНОМУ ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОМУ БІЗНЕСІ**

<b>Герман І. В.</b> ФАКТОРИ ВПЛИВУ НА ВІДНОВЛЕННЯ ГОТЕЛЬНОЇ ІНДУСТРІЇ В УМОВАХ НЕСТАБІЛЬНОСТІ .....	34
<b>Коваленко М. А.</b> СТРАТЕГІЧНІ ОРІЄНТИРИ УКРАЇНСЬКОГО ТУРИЗМУ В УМОВАХ ВІЙНИ .....	36
<b>Starynets O. A., Shestel O. G.</b> THE SPECIFICS OF CROSS-CULTURAL INTERACTION IN THE CONTEXT OF RELIGIOUS PILGRIMAGE (THE CASE OF UMAN).....	38
<b>Субота В. В.</b> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЯК ГАРАНТ БЕЗПЕКИ ТА ЯКОСТІ ТУРИСТИЧНОГО СУПРОВОДУ В УМОВАХ АКТИВНОГО ТУРИЗМУ .....	41
<b>Субота В. В.</b> ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК СКЛАДНИК ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ПЕРСОНАЛУ В ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ.....	44

### **НОВІТНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ГАЛУЗІ ТУРИЗМУ**

<b>Адаменко Є. С.</b> ОЦІНКА НЕМАТЕРІАЛЬНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ІННОВАЦІЙ В ТУРИЗМІ .....	46
<b>But T. V., But I. V.</b> DIGITAL INNOVATIONS AND THE TRANSFORMATION OF THE TOURISM INDUSTRY IN EU COUNTRIES .....	48
<b>Мальська М. П., Зінько Ю. В., Шевчук О. М.</b> ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ТУРИСТИЧНО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РЕГІОНАЛІЗАЦІЇ ЛЬВІВСЬКОЇ АГЛОМЕРАЦІЇ .....	51
<b>Транченко Л. В.</b> СУЧАСНИЙ СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ГЛЕМПІНГУ У КОНТЕКСТІ ESG-ТРАНСФОРМАЦІЇ, СТАЛОГО ТУРИЗМУ ТА SMART-ДЕСТИНАЦІЙ.....	54

### **СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ МЕНЕДЖМЕНТУ ТА МАРКЕТИНГУ В ТУРИСТИЧНОМУ ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОМУ БІЗНЕСІ**

<b>Калашніков А. О.</b> МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ДО ОЦІНКИ РЕПУТАЦІЙНОГО КАПІТАЛУ РЕГІОНУ ЯК БАЗИСУ ДЛЯ РОЗРОБКИ БРЕНДУ .....	57
<b>Куракін О. Б., Івашина Л. Л.</b> ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ ГОТЕЛЬНОГО ПРОДУКТУ .....	60
<b>Михайлишин В. В.</b> СТЕЙКХОЛДЕРНО-ОРІЄНТОВАНА СТРАТЕГІЯ ЯК ІНСТРУМЕНТ ПІДВИЩЕННЯ СТІЙКОСТІ ТУРИСТИЧНИХ ПІДПРИЄМСТВ В УМОВАХ ТУРБУЛЕНТНОГО СЕРЕДОВИЩА.....	63
<b>Чепурда Л. М., Мокрий А. В.</b> АНАЛІЗ КОНКУРЕНТНИХ ПОЗИЦІЙ ГОТЕЛЬНИХ ПІДПРИЄМСТВ ЧЕРКАСЬКОЇ ОБЛАСТІ .....	67

## ПЛАНУВАННЯ ТА ПРОГНОЗУВАННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ПІДПРИЄМСТВ В ГАЛУЗІ ТУРИЗМУ

<b>Куриленко Ю. М., Авдєєва Л. Ю., Осипенкова І. І., Сухенко В. Ю.</b> РОЗВИТОК І УТРИМАННЯ РЕСТОРАННОГО БІЗНЕСУ В УКРАЇНІ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	72
<b>Лепкий М. І.</b> ФОРМУВАННЯ ТА ПРОСУВАННЯ ПРИВАБЛИВОГО ІННОВАЦІЙНОГО ТУРИСТИЧНОГО ПРОДУКТУ ДЛЯ ТУРИСТИЧНОГО ІМІДЖУ РЕГІОНУ .....	74
<b>Роїк О. Р.</b> МОДЕЛІ ПУБЛІЧНО-ПРИВАТНОГО ПАРТНЕРСТВА ЯК ІНСТРУМЕНТ ОПТИМІЗАЦІЇ РЕСУРСНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТУРИСТИЧНИХ ПІДПРИЄМСТВ.....	77

## ІСТОРИЧНЕ КРАЄЗНАВСТВО ЯК РЕСУРСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ РОЗВИТКУ ТУРИСТИЧНОГО БІЗНЕСУ В УКРАЇНІ

<b>Авраменко В. П.</b> БРАТЕРСТВО ТАРАСІВЦІВ: ВІД ІСТОРІЇ ДО СЬОГОДЕННЯ .....	81
<b>Бойко Т. В.</b> ІСТОРИЧНЕ КРАЄЗНАВСТВО У ФОРМУВАННІ ТУРИСТИЧНОГО ПОТЕНЦІАЛУ СУРСЬКО-МИХАЙЛІВСЬКОЇ ГРОМАДИ.....	84
<b>Дзима В. В., Задорожня Ю. С., Миколенко Л. В.</b> САКРАЛЬНА АРХІТЕКТУРА ЯК МАРКЕР ТЕРИТОРІЇ.....	86
<b>Довгань Н. С.</b> ІСТОРИЧНЕ КРАЄЗНАВСТВО ЯК СТРАТЕГІЧНИЙ РЕСУРС ТУРИСТИЧНОГО ВІДНОВЛЕННЯ УКРАЇНИ.....	94
<b>Маланюк Т. З.</b> АРХІТЕКТУРНА СПАДЩИНА МОДЕРНУ В СТРУКТУРІ ІСТОРИЧНОГО ЦЕНТРУ м. ІВАНО-ФРАНКІВСЬКА: МІСТОБУДІВНИЙ І СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ ВИМІР .....	97
<b>Паламарчук І. Я.</b> МОНУМЕНТАЛЬНА ШЕВЧЕНКІАНА КРИМУ .....	99
<b>Скутар Т. Д.</b> БІОГРАФІЧНІ ОБ'ЄКТИ У КАТАЛОЗІ «ТУРИСТИЧНІ МАГНІТИ УКРАЇНИ».....	102
<b>Чулкова Т. М.</b> ДЖЕК ЛОНДОН ЯК МЕДІАТОР УКРАЇНСЬКО-АМЕРИКАНСЬКИХ КУЛЬТУРНИХ ЗВ'ЯЗКІВ У КОНТЕКСТІ ДІЯЛЬНОСТІ ШЕВЧЕНКІВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО ЗАПОВІДНИКА.....	104

## ХАРЧОВІ ТЕХНОЛОГІЇ В ГАЛУЗІ ТУРИЗМУ ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОМУ БІЗНЕСІ

<b>Бейко Л. А.</b> ВИКОРИСТАННЯ МІКРООРГАНІЗМІВ У ВИРОБНИЦТВІ М'ЯСНОЇ ПРОДУКЦІЇ.....	108
<b>Бишовець Л. Г., Оліферчук О. Г.</b> АНАЛІЗ СУЧАСНОГО АСОРТИМЕНТУ ТА ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ КРАФТОВИХ ФРУКТОВИХ ДЖЕМІВ.....	109
<b>Д'яконова А. К., Нікітчина Т. І., Соболева А. С.</b> БЕЗГЛЮТЕНОВЕ МЕНЮ ЯК СКЛАДОВА КОНКУРЕНТОСПРОМОЖНОСТІ ЗАКЛАДІВ ХАРЧУВАННЯ У СЕГМЕНТІ HEALTHY-SAFE .....	114
<b>Івашина Л. Л., Куракін О. Б.</b> ОБҐРУНТУВАННЯ ДОЦІЛЬНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН У ТЕХНОЛОГІЇ СТРАВ РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО СПРЯМУВАННЯ.....	117
<b>Колісниченко Т. О., Звоненко Б. Є.</b> ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ У ТЕХНОЛОГІЇ ВИРОБНИЦТВА МАКАРОННИХ ВИРОБІВ ОВОЧЕВИХ ТА ПЛОДОВО-ЯГІДНИХ ПЮРЕ-ОСНОВ.....	119
<b>Мацук Ю.А., Васильєва А. Д., Семенюк Д. В.</b> ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ТЕХНОЛОГІЇ ВИРОБНИЦТВА ПЛОДОВО-ЯГІДНИХ НАЛИВОК ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ СИРОВИНИ РІЗНИХ СТРОКІВ ДОСТИГАННЯ .....	122
<b>Нікітчина Т. І., Москвічова О. М., Мошкіна А. А.</b> БЕЗГЛЮТЕНОВІ НАПОЇ ДЛЯ HEALTHY КАФЕ В ЗАКЛАДАХ ГОСТИННОСТІ.....	124
<b>Сердюк М. Є.</b> ІНТЕГРАЦІЯ ПРИНЦИПІВ ЄВРОПЕЙСЬКОГО GREEN DEAL У ТЕХНОЛОГІЇ ВИРОБНИЦТВА ФУНКЦІОНАЛЬНИХ СОУСІВ ДЛЯ ЗАКЛАДІВ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА.....	127
<b>Авторський показчик</b> .....	131

Наукове електронне видання

МАТЕРІАЛИ  
XVII МІЖНАРОДНОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
«ТУРИСТИЧНИЙ ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННИЙ  
БІЗНЕС В УКРАЇНІ:  
ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ТА РЕГУЛЮВАННЯ»  
26-27 березня 2026 року, м. Черкаси

Том 1

*В авторській редакції*

Технічний редактор *Катерина Давиденко*

---

Гарн. Times New Roman. Обл.-вид. арк. 10,4. Зам. 26-25.

---

Черкаський державний технологічний університет  
Свідоцтво про державну реєстрацію ДК № 896 від 16.04.2002.  
бульвар Шевченка, 460, м. Черкаси, 18006.  
Редакційно-видавничий відділ ЧДТУ  
red\_vidav@chdtu.edu.ua

## **ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК СКЛАДНИК ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ПЕРСОНАЛУ В ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ**

**Субота В. В.**, *старший викладач*  
*кафедри фізичного виховання та здоров'я людини*  
*Черкаський державний технологічний університет*

Сучасний етап розвитку готельно-ресторанного та туристичного бізнесу в Україні характеризується трансформацією вимог до фахової підготовки спеціалістів. Сфера гостинності (HoReCa) належить до галузей із високим рівнем інтенсивності праці, де персонал щоденно стикається з комбінованим впливом гіподинамії (для адміністраторів) та тривалих статико-динамічних навантажень (для офіціантів, кухарів, покоївок). Недостатній рівень фізичної підготовленості призводить до швидкої втомлюваності, зниження концентрації уваги та погіршення якості сервісу [5]. У зв'язку з цим, фізична культура має розглядатися не лише як загальноосвітня дисципліна, а як стратегічний інструмент формування професійної надійності та довголіття майбутніх фахівців [4].

Теоретичні засади професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) закладені в працях Р. Раєвського, С. Канішевського та Т. Круцевич. Питання здоров'язбереження в освітньому просторі вищої школи ґрунтовно досліджено О. Дубогай та С. Страшком. Проте, незважаючи на значну кількість наукових праць, методичне забезпечення фізичного виховання студентів спеціальностей «Туризм» та «Готельно-ресторанна справа» потребує адаптації до сучасних вимог ринку праці, що враховує високий рівень стресогенності галузі.

Обґрунтувати концептуальні підходи до використання засобів фізичної культури як чинника підвищення професійної компетентності персоналу індустрії гостинності та презентувати досвід кафедри у цьому напрямку – є метою роботи.

Професіограма фахівця сфери гостинності висуває специфічні вимоги до фізичних якостей. Зокрема, для персоналу контактної зони (front-office) критично важливою є здатність зберігати оптимальну поставу та доброзичливу міміку протягом 8–12 годинної зміни. Для персоналу кухні – висока терморезистентність та силова витривалість м'язів спини.

На кафедрі фізичного виховання та здоров'я людини Черкаського державного технологічного університету (ЧДТУ) розроблено та впроваджується методика викладання, що базується на трьох векторах підготовки [2, 3]:

Корекційно-профілактичний вектор. На практичних заняттях особлива увага приділяється вправам для зміцнення «корсету» хребта та профілактиці

венозного застою в нижніх кінцівках. Студенти опановують комплекси виробничої гімнастики, які вони зможуть застосовувати у майбутній професійній діяльності для запобігання професійним деформаціям опорно-рухового апарату.

Психофізичний вектор (стрес-менеджмент). Враховуючи високу конфліктогенність сфери сервісу, ми інтегруємо в навчальний процес методики ментального фітнесу: елементи йоги, техніки глибокого м'язового розслаблення. Це дозволяє майбутньому фахівцю сформувати навичку самоконтролю над емоційним станом через управління фізичним тілом.

Функціональний вектор. Заняття спрямовані на підвищення загальної працездатності через аеробні навантаження, що є фундаментом для витримування тривалих робочих змін без втрати якості виконання посадових обов'язків.

Досвід викладачів кафедри ЧДТУ демонструє, що інтеграція таких засобів у навчальний процес дозволяє студентам не лише успішно проходити виробничу практику, але й формує у них культуру здоров'язбереження. Це важливо, оскільки сучасний менеджер готелю чи ресторану повинен не тільки сам бути в гарній формі, а й розуміти економічну доцільність впровадження Wellness-програм для своїх підлеглих [1].

Статистичні дані та спостереження під час занять свідчать, що використання варіативного модуля «Фітнес-технології в готельному сервісі» сприяє підвищенню мотивації студентів до занять спортом на 25–30%, оскільки вони бачать прямий зв'язок між фізичною формою та майбутнім кар'єрним зростанням.

Фізична культура є невід'ємним складником професійної підготовки, що безпосередньо впливає на конкурентоспроможність фахівця в індустрії гостинності та туризму. Науково-методична робота кафедри фізичного виховання ЧДТУ підтверджує, що практичне застосування фізичних вправ дозволяє ефективно нівелювати негативні чинники професійної діяльності, водночас впровадження індивідуалізованих програм ППФП (професійно-прикладної фізичної підготовки) у вищій школі стає необхідним кроком для формування кадрового резерву, здатного витримувати високі психофізичні навантаження сучасного ринку послуг.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Готельна анімація : навчальний посібник / за заг. ред. М. П. Мальської. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 240 с.
2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : підручник. Київ : Олімпійська література, 2017. 384 с.
3. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів : монографія. Суми : СумДУ, 2012. 312 с.
4. Раєвський Р. Т., Канішевський С. М. Фізичне виховання і здоров'я студентів : навч. посіб. Одеса : Наука і техніка, 2007. 204 с.
5. Сучасні технології готельно-ресторанного бізнесу : монографія / за ред. проф. С. І. Незвещук-Коротких. Одеса, 2022.