

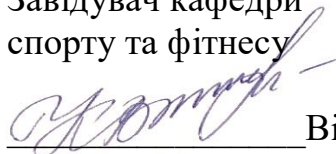
КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
КАФЕДРА СПОРТУ ТА ФІТНЕСУ

Сезько Анастасія Сергіївна
студентка групи ТДм-1-24-1,4д

**ЮРИДИЧНІ АСПЕКТИ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ТРЕНЕРІВ У
БОДІБЛДІНГУ ПІД ЧАС ТРЕНУВАЛЬНОГО ТА ЗМАГАЛЬНОГО
ПРОЦЕСУ**

кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти
другого (магістерського) рівня
зі спеціальності 017 – Фізична культура і спорт

«Допущено до захисту»
Завідувач кафедри
спорту та фітнесу



Вікторія БІЛЕЦЬКА
Протокол засідання кафедри № 11 А
«21» листопада 2025 р.

Науковий керівник:

Білецька Вікторія

Вікторівна,

К.н.ф.в.с., доцент

Київ 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-ПРАВОВІ ЗАСАДИ ТРЕНЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У СПОРТІ БОДІБІЛДИНГУ.....	10
1.1. Змагальні категорії та організаційна структура бодібілдингу в Україні та світі	11
1.2. Правовий статус тренера з бодібілдингу: нормативне визначення, функції, кваліфікаційні вимоги та види відповідальності.....	14
1.3. Нормативно-правове забезпечення тренерської діяльності в Україні: базові акти, підзаконні документи та прогалини регулювання	20
1.4. Порівняльно-правовий огляд зарубіжних підходів: моделі захисту спортсмена в ЄС та США та етичні кодекси тренера.....	23
1.5. Особливі критерії договору про надання тренерських послуг зі спортивної підготовки у бодібілдингу.	25
Висновки до розділу 1	27
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	29
2.1. Методи дослідження.....	29
2.2. Загальнонаукові, спеціально-юридичні та емпіричні методи дослідження	31
2.3. Організація емпіричної частини: база, вибірка, інструментарій.....	33
2.4. Характеристика етапів, інструментарію та процедур збору даних.....	34
2.5. Аналітичне обґрунтування типових критеріїв юридичної відповідальності тренера.....	36
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРАВОВИХ ВІДНОСИН У СИСТЕМІ БОДІБІЛДИНГУ ТА ДИНАМІКА ПРАВОВИХ ВІДНОСИН У СИСТЕМІ БОДІБІЛДИНГУ	39

3.1. Рівень професійного досвіду тренерів та спортсменів	39
3.2. Правова обізнаність у тренувальному процесі: інформована згода, стартовий інструктаж і медичний скринінг	40
3.3. Договірне оформлення взаємин між тренером та бодібілдером: поширеність та типи угод	42
3.4 Частота та типи правових порушень з боку тренерів	45
3.5. Повторне анкетування після впровадження договору про надання послуг спортивної підготовки.....	45
3.6. Динаміка правової обізнаності, процедур безпеки та фінансової визначеності.....	46
3.7. Вплив типового договору на запобігання конфліктам і якість правового врегулювання	47
3.8. Практичні наслідки та рекомендації щодо масштабування	47
Висновок до розділу 3	51

РОЗДІЛ 4. ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ. ПРОПОЗИЦІЇ ЩОДО ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРАВОВОГО РЕГУЛЮВАННЯ

4.1. Узагальнення результатів у контексті сучасних досліджень	53
4.2. Виявлені ризики, правові прогалини та шляхи їх усунення.....	54
4.3. Пропозиції щодо правового регулювання тренерської діяльності у фітнес-галузі.	54
4.4. Висновки до розділу 4.	55

ВИСНОВОК

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....

ДОДАТКИ

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасному спортивному середовищі, що динамічно розвивається, бодібілдинг займає особливе місце завдяки своїй доступності, популярності та зростаючому числу прихильників. Цей вид спорту приваблює людей різного віку, оскільки не вимагає професійного спортивного минулого для початку занять. Водночас, поряд із зростанням зацікавленості, зростає й кількість осіб, які без відповідної кваліфікації, освіти чи ліцензії беруть на себе функції тренера або наставника. Це створює передумови для правових, етичних та медичних ризиків.

Бодібілдинг як дисципліна передбачає високі фізичні навантаження, суворий режим харчування, використання спортивного харчування та добавок. Усе це потребує фахового супроводу, оскільки навіть незначні помилки можуть призвести до серйозних проблем зі здоров'ям. Проте, в українському правовому полі відсутній чіткий механізм регламентації діяльності тренерів у галузі бодібілдингу, що ускладнює процес визначення меж їхньої відповідальності.

На відміну від інших (наприклад: командних видів спорту) видів спорту, де взаємодія між тренером, спортсменом та спортивною установою закріплена через договори та положення федерацій, у бодібілдингу ця система часто є неформальною. Багато тренерів працюють індивідуально, поза межами офіційних структур, що значно ускладнює захист прав спортсменів у випадку спорів чи травм.

Особливої уваги заслуговує питання юридичної відповідальності тренера в контексті захисту фізичного та психічного здоров'я спортсмена, забезпечення безпеки під час тренувань, дотримання антидопінгових норм, а також етичних стандартів. З огляду на це, постає потреба в науковому осмисленні цієї проблематики, розробці чітких нормативних актів, які б

визначали професійні вимоги до тренерів, їх обов'язки, рівень відповідальності та можливі санкції у випадку порушення норм.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що запровадження чіткого правового регулювання тренерської діяльності у сфері бодібілдингу, включаючи визначення професійних вимог, прав, обов'язків та меж юридичної відповідальності, сприятиме підвищенню безпеки спортсменів, зниженню кількості правових конфліктів та загальному підвищенню якості тренерських послуг.

Крім того, доцільним є створення галузевих об'єднань або асоціацій тренерів з бодібілдингу, які б виступали регулятором і гарантом дотримання професійних стандартів, проводили атестацію спеціалістів, організовували підвищення кваліфікації, а також сприяли розвитку правової грамотності серед тренерів.

Таким чином, тема юридичної відповідальності тренерів у бодібілдингу є не лише актуальною, а й потребує системного вивчення, розробки чіткої правової бази та запровадження механізмів контролю за якістю тренерської діяльності з метою забезпечення безпеки та прав спортсменів.

Мета дослідження. Метою магістерської роботи є обґрунтування та аналіз правових засад юридичної відповідальності тренерів у бодібілдингу під час тренувального та змагального процесів.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз нормативно-правової бази щодо професійної діяльності тренера у сфері бодібілдингу.
2. Визначити види юридичної відповідальності, які можуть бути застосовані до тренера у разі порушення ним його професійних обов'язків.
3. Визначити рівень розуміння спортсменами-бодібілдерами своїх прав та ризиків, пов'язаних із тренувальним і змагальним процесом, які можуть призвести до юридичних наслідків за допомогою анкетного опитування.

4. Дослідити міжнародний досвід правового регулювання тренерської діяльності в бодібілдингу та досвід застосування чітко сформованих норм.

5. Сформулювати практичні рекомендації щодо врегулювання професійної відповідальності тренерів в українському спортивному праві.

Об'єкт дослідження. Сукупність нормативно-правових актів, юридичних механізмів та практичних підходів до регулювання професійної діяльності тренера у сфері бодібілдингу, що включають юридичні аспекти відповідальності тренера у сфері спортивної підготовки та змагальної діяльності бодібілдерів.

Предмет дослідження. Участь спортсмена-бодібілдера у правових відносинах, що виникають у процесі взаємодії з тренером, у контексті рівня його обізнаності у правах, відповідальності та юридичних наслідках тощо під час спортивної підготовки.

Методи дослідження:

1. Загальнонаукові: аналіз науково-методичної та спеціальної літератури, синтез, порівняння, індукція, дедукція.
2. Спеціально-юридичні: формально-правовий, порівняльно-правовий, системно-структурний аналіз.
3. Емпіричні: анкетування, педагогічне спостереження, аналіз судової практик.

У процесі дослідження теми «Юридичні аспекти відповідальності тренерів у бодібілдингу під час змагального та тренувального процесу» було використано сукупність загальнонаукових, спеціально-юридичних та емпіричних методів, що забезпечило комплексний підхід до розкриття наукової проблематики, перевірки гіпотез та формулювання обґрунтованих висновків.

У ході виконання магістерського дослідження було застосовано сукупність взаємопов'язаних методів, що забезпечили всебічне вивчення

юридичних аспектів відповідальності тренерів у бодібілдингу під час змагального та тренувального процесу.

Формально-правовий метод використовувався для дослідження чинного законодавства, зокрема Закону України «Про фізичну культуру і спорт», Цивільного кодексу України, Кодексу України про адміністративні правопорушення та інших нормативно-правових актів, що регулюють спортивну сферу. Порівняльно-правовий підхід дав змогу зіставити українське правове поле з міжнародними прикладами та виявити актуальні проблеми у сфері регулювання тренерської діяльності. Системно-структурний аналіз забезпечив розуміння взаємозв'язку між різними елементами тренерсько-спортивних правовідносин та дозволив комплексно оцінити функціонування цієї системи.

Для отримання практичних результатів дослідження буде проведено анкетування серед 10 спортсменів-бодібілдерів на базі фітнес-клубу «APOLLO NEXT 019», м. Києва з метою з'ясування рівня їхньої правової обізнаності та виявлення найбільш поширених випадків порушень з боку тренерів.

Також буде здійснено інтерв'ювання 5 тренерів з бодібілдингу щодо розуміння ними юридичної відповідальності, правових ризиків у щоденній роботі та готовності працювати в рамках офіційно оформлених відносин.

Окремо проаналізовано типові договори між тренером і спортсменом, що дало змогу виявити поширену практику відсутності юридичних гарантій для клієнтів і тренерів.

У дослідження будуть включені й аналіз судових прецедентів, а також змодельованих кейсів, які ілюструють юридичні наслідки нехтування нормами безпеки, перевищення повноважень або неетичної поведінки.

На підставі результатів дослідження було розроблено оптимальну модель контролю та захисту прав спортсмена в умовах тренувального та змагального процесу. Запропоновано низку практичних рекомендацій щодо юридичного

оформлення відносин між тренером і спортсменом, а також ініційовано створення етичного кодексу тренера з бодібілдингу, що сприятиме підвищенню стандартів професійної діяльності, правовій захищеності обох сторін та стабільності спортивно-правового середовища.

Проведено порівняльну характеристику обізнаності своїх прав та найчастіші правові порушення особистих тренерів з бодібілдингу у відношенні до спортсмена. Детально проведено аналіз типових договорів між тренером і спортсменом. Розроблено й обґрунтовано оптимальну методи контролю прав спортсмена під час тренувального та змагального процесу. На основі проведених досліджень, рекомендується оптимальна методика регулювання прав, яка дозволяє покращити правовий захист спортсмена.

Наукова новизна. Наукова новизна роботи полягає в комплексному підході до аналізу тренерської діяльності в бодібілдингу з точки зору юридичної відповідальності. Запропоновано новий підхід до класифікації ризиків, що можуть стати підставою для притягнення тренера до юридичної відповідальності в межах спортивної практики. Також розроблено пропозиції щодо вдосконалення нормативного забезпечення тренерської діяльності в Україні з урахуванням міжнародного досвіду.

Теоретична значущість. Отримані результати можуть бути використані та стати основою для подальшого розвитку спортивного права в аспекті індивідуальних видів спорту, зокрема з метою удосконалення законодавства, підготовки нормативно-правових актів та формування правової культури серед тренерів і спортсменів.

Практична значущість. Матеріали магістерської роботи можуть бути використані:

- У діяльності спортивних федерацій та асоціацій для розробки етичних кодексів і стандартів.
- У підготовці тренерських кадрів з правових питань.

- Як інформаційно-аналітична база для адвокатів, що супроводжують тренерів і спортсменів.
- У діяльності судових органів при розгляді спорів, пов'язаних із тренувальним процесом та змаганнями.

Таким чином, робота є комплексним дослідженням, що поєднує теоретичну базу та прикладний аспект щодо юридичної відповідальності тренерів у сфері бодібілдингу.

Структура роботи. Робота представлена на 82 сторінках, містить 6 рисунків і 8 таблиць, список використаних джерел налічує 56 найменувань, додатки подано на 16 сторінках.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-ПРАВОВІ ЗАСАДИ ТРЕНЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У СПОРТІ БОДІБІЛДИНГУ

1.1. Бодібілдинг як окрема спортивна дисципліна: сутність, структура, тренувально-змагальні особливості

Бодібілдинг як окрема спортивна дисципліна бере свій початок ще в кінці XIX століття. Історично він виник як форма демонстрації фізичної сили та естетики тіла, що поєднувала елементи гімнастики, атлетики та театрального мистецтва. Перші змагання з бодібілдингу відбулися у 1901 році в Лондоні за ініціативи відомого шоумена Юджина Сендова, якого багато хто вважає «батьком бодібілдингу» [1].

У другій половині XX століття бодібілдинг стрімко розвивався завдяки таким особистостям як Стів Рівз, Серджіо Оліва, Франко Коломбо та особливо Арнольд Шварценеггер. З появою телевізійних трансляцій і глянцевого журналістики, цей вид спорту набув величезної популярності в США, а згодом і в Європі. У 1946 році було створено Міжнародну федерацію бодібілдингу та фітнесу, оригінальна назва : International Federation of BodyBuilding & Fitness [2], яка на сьогодні є однією з головних організацій, що регламентують проведення змагань у цьому виді спорту. [47]

У пострадянських країнах, зокрема в Україні, бодібілдинг почав активно розвиватися після 1991 року, отримавши офіційне визнання як один із видів спорту. Згідно з інформацією на сайті Спортивного комітету України, бодібілдинг входить до переліку визнаних неолімпійських видів спорту [3].

Сучасний бодібілдинг – це не лише демонстрація м'язової маси, а й науково обґрунтована система тренувань, харчування, відновлення та психологічної підготовки. У 2020-х роках він зазнав значного переосмислення. Основні тенденції переосмислення включають зростання популярності натурального бодібілдингу, акцент на ментальному здоров'ї спортсменів,

індивідуалізацію тренувальних програм за допомогою смарт-технологій та розширення участі жінок у змаганнях [4]

Таким чином, еволюція бодібілдингу відбувалася у кількох напрямках. По-перше, цей вид спорту пройшов шлях від циркових та акробатичних форматів до науково обґрунтованої практики, що охоплює системи тренувань, харчування та відновлення. По-друге, він виріс від нішового інтересу до феномену масової культури, що засвідчує зростання кількості учасників і рівня зацікавленості суспільства. Нарешті, сучасний бодібілдинг відходить від акценту на максимальні об'єми м'язів і розміри тіла, зосереджуючись на гармонії, симетрії та здоров'ї.

1.2. Змагальні категорії та організаційна структура бодібілдингу в Україні та світі

У сучасному бодібілдингу структура змагань є багаторівневою та чітко регламентованою. Основні міжнародні організації, що керують змаганнями, це IFBB (International Federation of Bodybuilding and Fitness), NABBA (National Amateur Body-Builders' Association) та WNBFF (World Natural Bodybuilding Federation). Усі вони мають свої класифікації категорій, правила та критерії оцінювання [5].

У змаганнях IFBB систематизує основні категорії за трьома групами табл .1.1: чоловічі, жіночі та змішані, із короткими критеріями оцінювання. Чоловічі варіюють від максимальної м'язовості бодібілдингу до естетично-легших Physique/Classic Physique, включно з перехідною Muscular Physique; акценти – маса, симетрія, кондиція та подача. Жіночі охоплюють фітнес-дисципліни з програмами візуально-естетичні напрями – це бікіні, велнес, бодіфітнес, фіт-моделі і більш м'язову Women's Physique, а змішані категорії, тобто пари, фітнес-челендж в яких оцінюють синхрон, артистизм і функціональну підготовку.

Таблиця 1.1

Категорії спортивних змагань з бодібілдингу

Група	Категорія	Короткий опис
Чоловіки	Бодібілдинг	Максимальна м'язова маса, рельєф, симетрія; вагові категорії, класичне позування.
Чоловіки	Класичний бодібілдинг	Естетика й пропорції з лімітами на масу/зріст; класичні лінії та позування.
Чоловіки	Класичний фізик	Баланс м'язовості та «золотої» симетрії; акцент на талії, грудях, плечовому поясі.
Чоловіки	Фізик (Men's Physique)	Менш масивна категорія; акцент на V-силуеті, кондиції, презентації (бордшорти).
Чоловіки	Мускуляр фізик	Перехід між Physique і Bodybuilding: більша м'язовість і щільність, чітка кондиція.
Жінки	Акробатичний фітнес	Оцінюється тіло + акробатично-силова програма; техніка, складність, артистизм.
Жінки	Артистичний фітнес	Фізична форма + художня/танцювальна програма; креатив, музичність, подача.
Жінки	Бодіфітнес (Figure)	Пропорції «плечі–талія–стегна», помірна м'язовість, відсутність надмірного рельєфу.
Жінки	Бікіні	Найменша м'язова маса; акуратні лінії, тонус, жіночність, плавність презентації.
Жінки	Велнес	Домінанта нижньої частини тіла (стегна/сідниці), помірний тонус верху, м'які лінії.
Жінки	Фіт-моделі	Естетика, фотогенічність, сценічність; придатність до комерційного фітнес-іміджу.

Жінки	Жінки фізик (Women's Physique)	Помітна м'язовість і рельєф без екстремуму бодібілдингу; позування та симетрія.
Змішані	Змішані пари	Спільна постановка чоловік+жінка; синхрон, взаємодоповнюваність, пропорції.
Змішані	Фітнес пари	Оцінка форми + парний виступ із силовими танцювальними елементами, артистизм.
Змішані	Фітнес челендж	Комплекс функціональних/силових випробувань; витривалість, техніка, швидкість.

В Україні офіційним представником IFBB є Федерація бодібілдингу України, яка регламентує внутрішні змагання відповідно до міжнародних стандартів. Основні події – це Чемпіонат України, Кубок України, а також відбір на міжнародні турніри: Arnold Classic, Mr. Olympia Amateur, World Championship [6]

Оцінювання спортсменів у бодібілдингу здійснюється відповідно до комплексного набору критеріїв, які забезпечують об'єктивність змагального процесу. Основними з них є рівень розвитку м'язової маси, що відображає загальний об'єм і щільність м'язів. Сюди ж відносимо симетрію – відповідність правої і лівої половин тіла та пропорційність – гармонія між окремими м'язовими групами, наприклад: плечі до талії, стегна до литок. Немало важливим елементом оцінювання змагань є «сухість» м'язів, яка допомагає оцінити ступінь вираженості рельєфу, що свідчить про низький рівень підшкірного жиру та високий контроль над дієтою і водним балансом, до цього всього варто додати презентацію тіла, а саме майстерність у позуванні, здатність демонструвати переваги фізичної форми у динаміці та статиці.

Позування, як підкреслюється в офіційних матеріалах IFBB, є не менш важливою складовою, оскільки дозволяє суддям побачити технічну підготовку

спортсмена, контроль над м'язами, а також його сценічну впевненість. До кожних змагань розробляється регламент, в якому чітко прописані вимоги до кожної категорії та детально прописані правила демонстрації тіла [5, 7].

Змагання мають попередній раунд (презентація м'язових груп у визначених позах) і фінал, де демонструється фріпозинг під музику. Важливим елементом змагального процесу є відповідність спортсмена заявленій категорії, зокрема у Classic Physique – вага та зріст спортсмена мають відповідати жорстко визначеним межам.

Організаційна структура передбачає поділ змагань на аматорські та професійні. Отримання професійного статусу дає змогу виступати на турнірах найвищого рівня. В Україні професійний статус здобувають за результатами перемог на міжнародних аматорських турнірах.

Отже, бодібілдинг – це жорстко регламентована дисципліна з чіткою організаційною структурою, яка функціонує як національно, так і міжнародно. Він вимагає високого рівня підготовки не лише фізичної, а й психологічної та етичної, оскільки спортсмен має відповідати як візуальним критеріям, так і правилам чесної гри, особливо у натуральних федераціях.

1.3. Правовий статус тренера з бодібілдингу: нормативне визначення, функції, кваліфікаційні вимоги та види відповідальності

Нормативне поле, у якому здійснюється тренерська діяльність в Україні, має багаторівневу структуру та поєднує норми публічного і приватного права, включно з міжнародними зобов'язаннями у сфері спорту й антидопінгу. На конституційному рівні визначено засадничу гарантію прав людини на життя, здоров'я та безпечні умови діяльності, що задає рамку обов'язку суб'єктів спортивної сфери організовувати процес так, аби мінімізувати ризики шкоди здоров'ю спортсмена. Професійна діяльність тренера в Україні регулюється

Законом України «Про фізичну культуру і спорт», де вказано, що тренер – це фахівець, який організовує, проводить і контролює процес фізичного виховання та спортивної підготовки. Відповідно до ст. 40 ЗУ «Про фізичну культуру і спорт», закріплено поняття тренер «тренер», пов'язуючи цей термін з професійною підготовкою, атестацією та обов'язком забезпечувати безпечні умови надання фізкультурно-спортивних послуг; водночас закон прямо апелює до підзаконних актів, галузевих стандартів і регламентів федерацій як до джерел конкретизації належної практики [8].

Водночас бодібіндинг, як неолімпійський вид спорту, підпорядковується додатковим вимогам, які формуються на рівні профільних федерацій, зокрема Федерації бодібіндингу України (ФББУ). Згідно з офіційними положеннями ФББУ, особа, яка претендує на звання тренера у цій дисципліні, повинна відповідати низці специфічних вимог. Насамперед, вона повинна мати вищу освіту у сфері фізичної культури і спорту або споріднених галузях, що свідчить про її фахову підготовку до роботи з атлетами. Крім того, тренер повинен пройти сертифікаційні курси, які визнаються або безпосередньо ФББУ, або іншими організаціями, акредитованими в Україні та за її межами. Важливим критерієм є також наявність знань у таких галузях, як анатомія, спортивна дієтологія, основи спортивної фармакології, психофізіологія та загальні принципи спортивної медицини. Це обумовлено високими ризиками, пов'язаними з тренувальним процесом у бодібіндингу, включно з потенційною шкодою від неправильних навантажень чи харчових і фармакологічних втручань [6]. У цілому, тренер з бодібіндингу має бути науково обґрунтованим фахівцем, який усвідомлює відповідальність перед підопічним як у правовому, так і в медичному контексті.

Кваліфікаційні стандарти, що розроблені Міністерством молоді та спорту України, також регламентують вимоги до спортивних фахівців – зокрема до тренерів з неолімпійських видів спорту. У стандарті визначено рівень освіти (не нижче бакалавра), обов'язкове проходження курсів

підвищення кваліфікації, володіння базовими знаннями з правових аспектів, медичних норм і етичних принципів у спорті [38].

Щодо правової відповідальності тренера – це один із найважливіших аспектів його професійної діяльності, особливо в індивідуальних видах спорту, де взаємодія з підопічним є персоналізованою та глибокою. У випадку бодібілдингу, тренер бере на себе відповідальність за фізичний, психологічний та емоційний стан спортсмена, включно з можливими ризиками травмування або негативних наслідків через неправильне тренування, харчування чи фармакологічну підтримку.

В Україні юридична відповідальність тренера регулюється ст.1172 Цивільним кодексом України [9], де зазначається, що особа, яка надає послуги, зобов'язана відшкодувати шкоду, заподіяну внаслідок її недбалості або неналежного виконання професійних обов'язків, див.табл.1.2.

У випадку завдання шкоди здоров'ю спортсмена внаслідок непрофесійних дій тренера, наприклад: недбалі рекомендації щодо фармакології або екстремальних фізичних навантажень – може настати як адміністративна, так і кримінальна відповідальність в окремих випадках, залежно від скоєного проступку відповідно до ст. 137 та ст. 323 Кримінального кодексу України (ККУ) та інших нормативних актів, тренери можуть нести відповідальність за неналежне виконання обов'язків щодо охорони життя та здоров'я дітей та за спонукання неповнолітніх до застосування допінгу та інші правопорушення [10, 11].

Крім того, у сфері фітнесу та бодібілдингу існує проблема відсутності чіткої регламентації договору між тренером і спортсменом. У більшості випадків угоди укладаються в усній формі або через абонементні договори з фітнес-клубами, що не дає належного рівня юридичного захисту [12].

Таблиця 1.2.

Правовова відповідальність тренера

Вид відповідальності	Нормативна підстава	Типові підстави та порушення	Санкції та наслідки
Цивільно-правова відповідальність	Відповідно до ст. 1166, 1167, 906–907 Цивільного кодексу України	Неналежне надання послуги, завдання майнової та моральної шкоди, порушення умов договору (безпека, графік, якість)	Відшкодування збитків і моральної шкоди, зменшення ціни/повернення коштів, неустойка, розірвання договору
	Відповідно до Закону України «Про захист прав споживачів»	Небезпечна або неякісна послуга, відсутність повної та достовірної інформації про ризики й умови	Приписи контролюючого органу, адміністративні штрафи, обов’язок усунути порушення та/або відшкодувати шкоду
Кримінальна відповідальність	Відповідно ст. 128, 137, 323, 325 Кримінального кодексу України	Необережне спричинення тілесних ушкоджень; неналежне виконання	Штраф, обмеження/позбавлення волі, додаткові заборони (залежно від

		обов'язків щодо охорони життя і здоров'я дітей; спонукання неповнолітніх до застосування допінгу; порушення санітарних правил із наслідками	складу та наслідків)
Трудова та внутрішньодисциплінарна відповідальність	Відповідно до ст. 147 Кодексу законів про працю та внутрішні політики	Порушення трудової дисципліни, невиконання інструкцій із безпеки, етики, конфіденційності	Догана, звільнення, відсторонення, позбавлення категорії/допуску (внутрішнє)
Антидопінгова (спортивно-дисциплінарна)	Закон України «Про антидопінговий контроль у спорті», Антидопінгові правила НАК, Кодекс WADA	Наявність заборонених речовин/методів; пособництво, підбурювання, призначення; перешкоджання контролю	Період недопущення (ineligibility) для спортсменів і тренерів, анулювання результатів/призів, іноді довічна заборона

Галузеві обов'язки у спорті	Закон України «Про фізичну культуру і спорт», профстандарті, регламенти федерацій	Ненадання безпечних умов занять, відсутність інструктажу, скринінгу, порушення регламентів	Підстава для цивільних позовів, адміністративних заходів і внутрішніх стягнень; можливе відсторонення від заходів
-----------------------------------	---	--	--

Договірні-правовий вимір розкривається в Цивільному кодексі України: відносини «тренер – клієнт/спортсмен» у більшості кейсів є договором надання послуг, де істотним є предмет (вид і обсяг підготовки), порядок оплати, правила скасування та перенесень, а також спеціальні умови безпеки. У площині деліктної відповідальності тренер несе обов'язок відшкодувати шкоду, завдану внаслідок протиправної поведінки чи недбалості, за наявності причинно-наслідкового зв'язку між діями та шкодою [9]. Паралельно діє публічно-правова охорона інтересів споживача: Закон України «Про захист прав споживачів» надає спортсменові, як споживачеві послуг, право на безпеку, належну якість і повну, доступну інформацію про послугу, ризики та протипоказання. Відповідно, недотримання цих обов'язків утворює підстави для відповідальності та відшкодування [11].

Оферта, що укладається між тренажерним залом і відвідувачем, не регулює та не встановлює прав і обов'язків у відносинах між тренером і підопічним, у нашому випадку спортсменом. Вона визначає лише умови доступу до інфраструктури клубу, порядок користування обладнанням і сервісами та правила перебування на території. Усі питання співпраці між тренером і спортсменом, у тому числі програма підготовки, оплата, відповідальність сторін, інформована згода, медичні допуски та інше, повинні

оформлюються окремими домовленостями без участі клубу, тому, що ці домовленості носять індивідуальний характер.

Аналіз типових договорів та оферт клубів, сформував бачення, що в багатьох випадках вони не містять детальних положень про відповідальність тренера за наслідки тренувального процесу, а також не забезпечують належних юридичних гарантій для клієнтів. У ряді випадків відсутні умови про відшкодування шкоди або чіткі зобов'язання сторін, що створює поле для зловживань та ускладнює врегулювання конфліктів у судовому порядку. В практичному застосуванні договорів, які б укладались між тренером з бодібілдингу та спортсмена бодібілдера немає, використовують адаптовані типові договори [44, 45, 46]

Таким чином, тренер з бодібілдингу повинен не лише дотримуватися технічних і професійних норм, а й володіти базовими знаннями з юридичних аспектів діяльності. Це необхідно для захисту прав як спортсмена, так і самого тренера в умовах підвищеного правового ризику, притаманного індивідуальним видам спорту.

1.4. Нормативно-правове забезпечення тренерської діяльності в Україні: базові акти, підзаконні документи та прогалини регулювання

Правове регулювання тренерської діяльності в Україні базується на низці нормативно-правових актів, головними з яких є Конституція України та Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [8].

Тренерська діяльність регулюється не лише Конституцією України та Законом «Про фізичну культуру і спорт» [48] , [8] , а й низкою спеціальних актів детальніше в табл. 3.1 : Цивільний кодекс України визначає договірні відносини між тренером і клієнтом: предмет і форму договору, права та обов'язки сторін, оплату, відповідальність і відшкодування шкоди [9] . Кодекс

України про адміністративні правопорушення встановлює адміністративну відповідальність за порушення під час надання послуг, врегульовує порушення правил безпеки, прав споживачів, порядку провадження діяльності тощо [50]. Закон України «Про освіту» задає рамки професійної кваліфікації та підтвердження компетентностей тренера [49]. Наказ ММСУ №1555 затверджує професійний стандарт «Тренер з видів спорту», який конкретизує трудові функції, знання, уміння та критерії оцінювання [51]. Регламенти ФББУ деталізують змагальні правила, підготовку спортсменів і суддівство у бодібілдингу, що впливає на зміст тренувального процесу. Конвенція ЮНЕСКО про боротьбу з допінгом покладає міжнародні зобов'язання щодо антидопінгової політики, у яких тренер має діяти як суб'єкт профілактики та контролю [52] (табл.1.3).

Таблиця 1.3.

Нормативні документи, які регулюють тренерську діяльність

Нормативний акт	Сфера регулювання
Цивільний кодекс України	Регулювання відносин щодо надання послуг тренером, включаючи договірні відносини між тренером і клієнтом
Кодекс України про адміністративні правопорушення	Визначення адміністративної відповідальності у випадках порушень під час надання тренерських послуг
Закон України «Про освіту»	Встановлення вимог до професійної кваліфікації тренерів
Наказ Міністерства молоді та спорту України № 1555 від 18.04.2016	Затвердження професійного стандарту «Тренер з видів спорту»

Регламенти та положення Федерації бодібілдингу України (ФББУ)	Визначення специфіки підготовки спортсменів-бодібілдерів, кваліфікаційні критерії, вимоги до суддівства
Конвенція ЮНЕСКО про боротьбу з допінгом у спорті	Міжнародне зобов'язання щодо запобігання використанню допінгу, у тому числі через діяльність тренера

Таким чином, тренер з бодібілдингу повинен керуватись як загальнодержавним законодавством, так і нормами, визначеними спортивними об'єднаннями.

Незважаючи на наявність загальної законодавчої бази, тренерська діяльність у сфері фітнесу й бодібілдингу в Україні залишається частково нерегламентованою. Законодавство України детально описує вимоги до тренерів в олімпійських видах спорту, однак для неолімпійських дисциплін, зокрема бодібілдингу, існує низка прогалин. Наприклад, професійна кваліфікація тренера з бодібілдингу не має чітко визначеного стандарту, а сертифікаційні курси часто проводяться приватними структурами без державного акредитаційного статусу.

Також відсутні обов'язкові норми щодо укладання письмових договорів між тренером і спортсменом чи фітнес-клубом. Це створює підґрунтя для юридичних колізій у випадку конфліктів або шкоди здоров'ю спортсмена. У реальній практиці часто трапляється, що тренер надає послуги без офіційної реєстрації ФОП, без фіскального обліку, а також без належного юридичного захисту обох сторін [12].

Ще однією прогалиною є недостатнє регламентування етичних норм. На сьогодні в Україні не існує загальноприйнятого етичного кодексу тренера, який би визнавався на національному рівні. Існують лише рекомендації, розроблені деякими федераціями або спортивними школами, однак вони не мають обов'язкового характеру.

Крім того, існують приклади неправомірного призначення фармакологічних препаратів, зокрема, анаболічних стероїдів, що іноді практикуються тренерами без відповідної медичної освіти. Це не лише суперечить нормам етики, а й створює серйозну загрозу для здоров'я клієнтів. Наприклад, у 2021 році в Україні було задокументовано випадок, коли клієнт отримав важкі ускладнення після використання препаратів, рекомендованих фітнес-тренером без відповідного медичного дозволу [13].

Також нерідко трапляються випадки надмірних фізичних навантажень, що призводять до травм або хронічного виснаження спортсменів. Прикладом може слугувати справа, розглянута в Києві, коли спортсмен отримав травму хребта внаслідок неправильно спланованої тренувальної програми від некваліфікованого інструктора [14].

Таким чином, регулювання тренерської діяльності у фітнесі та бодібілдингу потребує вдосконалення шляхом запровадження стандартів сертифікації, визначення мінімальних юридичних гарантій, етичного кодексу та контролю за медичними призначеннями. Це дозволить підвищити якість тренерських послуг, забезпечити права спортсменів і клієнтів та знизити ризики для здоров'я населення.

1.5. Порівняльно-правовий огляд зарубіжних підходів: моделі захисту спортсмена в ЄС та США та етичні кодекси тренера

Порівняльно-правовий аналіз тренерської діяльності у зарубіжних країнах дає змогу виявити як ефективні інституційні механізми, так і нормативні моделі, які спрямовані на забезпечення прав та безпеки спортсменів. Зокрема, у країнах Європейського Союзу та США питання правової регламентації тренерської діяльності є добре структурованим і закріпленим у відповідних нормативних документах.

У Німеччині функціонування тренера регламентується положеннями Федерального міністерства внутрішніх справ та спортивних союзів. Тренери зобов'язані мати спеціалізовану освіту, проходити курси сертифікації в рамках Deutscher Olympischer Sportbund (DOSB) і мати договірну основу із спортсменами або клубами. Особливістю є обов'язкове страхування професійної відповідальності [18]. Аналогічно, у Франції тренерська діяльність передбачає отримання диплома державного зразка (BPJEPS), проходження курсів безпеки та дотримання етичного кодексу, затвердженого Міністерством спорту [19].

У США система регулювання є більш гнучкою. Основу становлять незалежні сертифікаційні організації, серед яких найбільш авторитетними є NASM (National Academy of Sports Medicine), ISSA (International Sports Sciences Association) та ACE (American Council on Exercise). Для легальної діяльності тренери повинні мати сертифікат, пройти курси першої медичної допомоги, підтверджувати кваліфікацію кожні 2–4 роки та мати поліс страхування відповідальності [20].

В обох юрисдикціях (ЄС і США) правовий захист спортсмена передбачає відповідальність тренера за перевищення повноважень, недбалість, психологічний тиск, ігнорування медичних показників та заподіяння шкоди здоров'ю. Санкції можуть бути як адміністративними (штраф, анулювання ліцензії), так і кримінальними у разі серйозних наслідків [15].

Ще однією важливою складовою правового регулювання тренерської діяльності є впровадження етичних стандартів. У провідних країнах світу етичні кодекси фіксують межі професійної поведінки тренера, окреслюючи його обов'язки перед спортсменом, суспільством та професійною спільнотою.

У США National Strength and Conditioning Association (NSCA) розробила офіційний кодекс етики [21], який включає: заборону на участь у небезпечних або неетичних практиках; обов'язок об'єктивного оцінювання рівня

спортсмена; інформування клієнта про потенційні ризики; зобов'язання уникати конфлікту інтересів; підтримку постійного професійного розвитку. Такі принципи створюють атмосферу довіри й безпеки у тренерсько-спортивних взаєминах.

У Великій Британії тренери, які працюють у системі UK Coaching або British Association of Sport and Exercise Sciences (BASES), зобов'язані дотримуватися етичного кодексу, що передбачає: повагу до особистості спортсмена, уникнення дискримінації, конфіденційність персональних даних, заборону на домагання або експлуатацію клієнтів [56].

У Канаді Coaching Association of Canada публікує Національний етичний кодекс, який визначає п'ять основних цінностей: чесність, повага, відповідальність, справедливість і дбайливість [22].

Усі ці кодекси підкреслюють необхідність гармонійного балансу між досягненням результатів і збереженням здоров'я спортсмена. Для України впровадження подібних норм могло б не тільки знизити рівень конфліктних ситуацій, але й підвищити рівень довіри до інституційного тренерства та професійного спорту загалом, особливо у сфері бодібілдингу, де особисте здоров'я спортсмена залежить від сумлінності та впливу тренера.

1.6. Особливі критерії договору про надання тренерських послуг зі спортивної підготовки у бодібілдингу.

Аналіз оферт тренажерних залів аналіз, дав розуміння, що дані договори не регулюють відносини тренера та спортсмена [44, 45, 46]. Врахувавши фабулу типових договорів в сфері надання послуг, впливають наступні критерії які обов'язково повинні бути висвітленні в договорі про надання тренерських послуг спортивної підготовки у бодібілдингу.

Насамперед базовим критерієм є наявність юридичного обов'язку тренера. Він закріплюється у законодавстві, внутрішніх регламентах

спортивних організацій та договорах між тренером і спортсменом. Обов'язок може включати забезпечення безпечних умов тренувань, проведення інструктажу, контроль за дотриманням медико-біологічних норм та надання першої допомоги у випадку травми. Відсутність виконання цих обов'язків розглядається як підстава для відповідальності [8].

Другим критерієм виступає порушення стандарту поведінки, який у правовій доктрині часто позначається як «стандарт обережності» або *duty of care*. Тренер повинен діяти відповідно до рівня обережності, що очікується від кваліфікованого фахівця в аналогічних обставинах. Недотримання цього стандарту свідчить про недбалість і є підставою для юридичної відповідальності. Подібний підхід широко застосовується у міжнародній практиці, зокрема у США та Великій Британії [25, 26].

Третій критерій – причинний зв'язок між діями або бездіяльністю тренера і негативними наслідками для спортсмена. Для встановлення відповідальності необхідно довести, що саме поведінка тренера була безпосередньою чи істотною причиною травми чи іншої шкоди. У судовій практиці цей аспект часто є ключовим і вимагає експертних висновків, медичних довідок або показань свідків [29].

Четвертим критерієм є наявність шкоди, яка може мати матеріальний, фізичний або моральний характер. У випадку з бодібілдингом найчастіше йдеться про тілесні ушкодження, що потребують лікування, а також про витрати, пов'язані з відновленням працездатності спортсмена. Водночас у правовій практиці враховуються і немайнові збитки – наприклад, втрата можливості брати участь у змаганнях чи психологічні наслідки неправомірних дій тренера [31].

Наступним критерієм є форма вини. Для більшості випадків характерна необережність або недбалість, коли тренер не враховує ризики чи ігнорує встановлені правила. Проте у певних ситуаціях може йтися і про умисел, наприклад, при свідомому порушенні антидопінгових правил або навмисному

перевищенні навантажень. Це істотно впливає на ступінь відповідальності та вид санкцій, що застосовуються.

Важливим є і процедурний критерій – можливість доведення факту порушення та наявність належної доказової бази. Йдеться про медичні документи, акти обстежень, копії договорів, відеозаписи тренувань, свідчення очевидців. Процесуальна спроможність рішень прямо впливає на те, чи буде тренер реально притягнутий до відповідальності. У зарубіжній практиці це питання врегульоване більш детально, тоді як в Україні досі існують прогалини, що ускладнюють доведення провини тренера [30].

Окремо слід враховувати наявність обставин, що пом'якшують або обтяжують відповідальність. Так, підписана інформована згода спортсмена може зменшити ризики для тренера, але не повністю знімає його обов'язку забезпечити безпечні умови тренувань. Навпаки, ігнорування вимог внутрішніх регламентів клубу чи відсутність медичного контролю може бути визнане обтяжувальною обставиною.

Отже, система критеріїв юридичної відповідальності тренера в бодібілдингу формується на основі комплексного врахування юридичних обов'язків, стандартів поведінки, причинного зв'язку, наявності шкоди, форми вини та процедурних аспектів доведення. Її впровадження у практику дозволить підвищити якість правозастосування, забезпечити більший захист спортсменів і водночас створити чіткі рамки професійної діяльності тренерів.

Висновки до розділу 1

Бодібілдинг з кожним кроком розвитку стає постає як зріла дисципліна, що пройшла шлях від видовищної демонстрації форми до науково керованої практики з чіткими тренувальними й змагальними регламентами.

Роль тренера у цій системі є центральною. Від тренера залежить багато елементів, тому підхід тренера має передбачати : методичну компетентність,

системне управління ризиками, такі як: попередній скринінг, інформування клієнта, документування інструктажів і коректного ведення тренувального процесу. Правовий статус тренера передбачає підвищені стандарти обачності та персональну відповідальність за наслідки професійних рішень, що безпосередньо впливають на здоров'я, результат і добробут спортсмена.

В українському правовому полі існують прогалини, які підвищують правову та етичну вразливість взаємодії тренера та спортсмена: відсутність договірної культури та неповний алгоритм офіційної співпраці. Наслідком стають конфлікти щодо якості послуг, складнощі з доказуванням належної професійної поведінки тренера та інколи ризикові рішення у підготовці.

Щоб покращити розвиток правових, організаційних та етичних інструментів впливу потрібно використовувати різноманітні підходи покращення, такі як : обов'язкові письмові договори з чітким предметом і процедурами безпеки, інформована згода, збір даних в електронних базах, локальні стандарти етики й конфіденційності, безперервна освіта й сертифікація тренерів. Такий підхід створює прозорі правила співпраці та підвищує якість тренерських послуг, а також задокументовані відносини захищають інтереси як спортсменів, так і тренерів.

Як результат, перший розділ окреслює цілісну рамку для подальшого дослідження. Отже, бодібілдинг вимагає від тренера високої правової та професійної культури, а від інституцій існує необхідність впровадження узгоджених механізмів регулювання. Таке узгодження є ключем до сталого розвитку дисципліни й довіри між усіма учасниками спортивного процесу.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Для досягнення поставленої мети дослідження та вирішення завдань щодо юридичних аспектів відповідальності тренерів у бодібілдингу під час тренувального та змагального процесу були використані такі методи:

- Аналіз науково-методичної літератури та нормативно-правової бази.
- Загальнонаукові, спеціально-юридичні та емпіричні методи дослідження.
- Метод порівняння та зіставлення.
- Історико-правовий аналіз.
- Анкетування тренерів та спортсменів.
- Впровадження договору в розрізі дослідження.
- Методи математико-статистичної обробки даних.

Аналіз науково-методичної та спеціальної літератури та даних мережі Інтернет

В процесі дослідження була вивчена спеціалізована науково-методична література, яка розкриває питання правової відповідальності тренерів у бодібілдингу під час тренувального і змагального процесу. Було вивчено 56 джерел, серед яких: закони, підзаконні акти, міжнародні регламенти, регламенти міжнародних та національних федерацій, журнальні статті, методичні рекомендації, збірники наукових праць, навчальні посібники, онлайн-ресурси та інше.

Метод порівняння та зіставлення

Метод порівняння використовувався для аналізу проведення тренувального та змагального етапу для спортсменів в різних правових

умовах. Порівнювалися та порівнювались аспекти впливу офіційно оформлених договірних відносин.

Цей метод дозволив виявити вразливі сторони системи підготовки спортсменів-бодібілдерів без договірних відносин, а також визначити перевагу офіційних відносин.

Анкетування тренерів та спортсменів.

Для глибшого розуміння специфіки юридичної відповідальності тренерів у бодібілдингу під час тренувального та змагального процесу було проведено анкетування серед тренерів та спортсменів. У дослідженні взяли участь 15 респондентів, серед яких:

10 спортсменів, які регулярно користуються послугами тренерів та виступають на змаганнях.

5 тренерів, що проводять підготовку спортсменів бодібілдерів.

Анкета для тренерів включала 10 питань, які охоплювали наступні аспекти:

- Досвід роботи.
- Вимоги до співпраці зі спортсменами.
- Роль правового договору в тренувальному та змагальному процесі.
- Перспективи використання типового договору про надання послуг тренера з бодібілдингу.

Форма анкети для спортсмена наведена у *Додатку А*.

Анкета для спортсменів включала 10 питань, які охоплювали наступні аспекти:

- Змагальний та тренувальний досвід.
- Вимоги до співпраці зі тренерами.
- Роль правового договору в тренувальному та змагальному процесі.
- Якість надання послуг тренера.
- Перспективи використання типового договору про надання послуг тренера з бодібілдингу.

Форма анкети для тренера наведена в *Додатку Б*.

Після проведення основної частини дослідження проведено контрольна частина опитування, яка спрямована на аналіз покращення чи погіршення правового розуміння тренерів та спортсменів.

Форма анкети для тренера наведена (повторний зріз) в *Додатку В*

Форма анкети для спортсмена наведена (повторний зріз) в *Додатку Г*

Впровадження договору в розрізі дослідження

В період підготовки до осінніх змагань (жовтень 2025) тренери з бодібілдингу, які раніше не практикували договірні умови, уклали договори про надання тренерських послуг зі спортивної підготовки у бодібілдингу зі своїми спортсменами на початку дослідження.

Форма Договору про надання послуг спортивної підготовки збодібілдингу в *Додатку Д*.

Методи математико-статистичної обробки даних

Для аналізу зібраних даних було використано методи математичної статистики. Обробка даних проводилася за допомогою програмного забезпечення Microsoft Excel. Зокрема:

Визначення середніх оцінок якості програм підготовки.

Розрахунок відсоткового розподілу відповідей тренерів та спортсменів.

2.2. Загальнонаукові, спеціально-юридичні та емпіричні методи дослідження

Дослідження юридичної відповідальності тренерів у бодібілдингу неможливе без комплексного використання наукових методів, які дозволяють охопити як теоретичні, так і практичні аспекти проблеми. Методологічна база повинна забезпечувати поєднання загальнонаукових підходів, спеціально-юридичних інструментів та емпіричних методів, що дозволяють отримати достовірні дані з реальної практики.

Загальнонаукові методи мають фундаментальне значення для формування теоретичної основи дослідження. Історичний метод дав змогу

простежити розвиток нормативно-правових засад відповідальності у спорті, починаючи від радянських регламентацій тренерської діяльності до сучасних міжнародних стандартів, що ґрунтуються на принципах безпеки спортсменів і поваги до їхніх прав [32]. Логічний та системний аналіз дозволили структурувати поняття юридичної відповідальності, виокремити її ознаки та класифікувати різновиди. Завдяки цим методам вдалося створити модель юридичної відповідальності тренера, де чітко визначено суб'єкт, об'єкт, підстави та наслідки правопорушень. Аналіз і моделювання систем дали можливість відтворити можливі сценарії розвитку правових конфліктів у сфері бодібілдингу, враховуючи фактори ризику, організаційні умови та поведінку суб'єктів.

Спеціально-юридичні методи надали змогу дослідити чинну нормативну базу. Формально-юридичний аналіз застосовувався для вивчення положень законодавства України: Цивільного кодексу України, Кодексу законів про працю, Кримінального кодексу України та Закону України «Про фізичну культуру і спорт» [9, 53, 10, 8]. Також важливим було дослідження нормативних документів спортивних федерацій, зокрема Статуту Національної федерації бодібілдингу України [54], що регулює етичні та дисциплінарні обов'язки тренерів. Інституційно-правовий аналіз дозволив оцінити роль різних суб'єктів - спортивних федерацій, клубів, приватних організацій та державних структур - у формуванні та застосуванні правил відповідальності. Порівняльно-правовий метод забезпечив зіставлення української та зарубіжної практики: зокрема, дослідження англо-американської доктрини деліктної відповідальності тренерів [25] та аналіз європейських стандартів спортивного врядування.

Емпіричні методи стали ключовими для отримання первинної інформації безпосередньо від учасників спортивного процесу. Анкетування серед тренерів та спортсменів-бодібілдерів дало змогу виявити найпоширеніші правові проблеми, пов'язані з документуванням

тренувального процесу, укладанням договорів та практикою підписання інформованих згод.

Короткі опитування юристів, представників федерацій і менеджерів клубів допомогли отримати глибинну інформацію про бар'єри у притягненні тренерів до відповідальності та про специфіку дисциплінарних процедур. Аналіз кейсів та судової практики дозволив простежити, як українські суди розглядають справи про травмування спортсменів, що виникають через неналежні дії тренерів. Нарешті, спостереження за тренувальним процесом у спортивних залах надало можливість оцінити фактичні умови занять, рівень дотримання безпеки та відповідність практичних дій тренерів установленим стандартам [26].

Поєднання цих методів дозволило не лише побудувати теоретичну модель юридичної відповідальності тренера у бодібілдингу, але й перевірити її ефективність на практиці. Використання різнорівневих методів дослідження забезпечило комплексність аналізу і дало змогу зробити висновки, що мають як наукове, так і практичне значення для вдосконалення правового регулювання у сфері спорту в Україні.

2.3. Організація емпіричної частини: база, вибірка, інструментарій

Було проведене анкетування на базі фітнес-клубу APOLLO NEXT 019 міста Києва, що є одним із сучасних фітнес закладів столиці, в яких є широка вибірка тренерів та гостей клубу, які є діючими спортсменами. Вибір цього клубу був зумовлений його високим рівнем організації тренувального процесу, наявністю сертифікованих тренерів та великої кількості спортсменів. Саме такі умови дозволили сформуванню репрезентативну вибірку, яка відображає специфіку правових відносин між тренерами та спортсменами у сфері бодібілдингу в Україні.

У дослідженні взяли участь 10 спортсменів-бодібілдерів, які представляють різний рівень підготовки: від початківців, що перебувають на стадії аматорських занять, до досвідчених атлетів, які мають змагальний досвід на всеукраїнському та світовому рівні. Така вибірка сприяє отриманню реалістичних результатів, адже вона відображає як позицію тих, хто лише починає займатися бодібілдингом, так і тих, хто вже безпосередньо стикався з організаційними та правовими викликами у спорті.

Окрім спортсменів, у дослідженні було задіяно 5 тренерів з бодібілдингу, які мають різний стаж роботи та досвід взаємодії з клієнтами. Важливо, що серед опитаних були як фахівці, які співпрацюють на основі офіційно укладених договорів у рамках клубу, так і ті, хто здійснює індивідуальну діяльність без належного юридичного оформлення. Це дозволило дослідити спектр проблемних моментів - від відповідальності в умовах прозорих договірних відносин до ризиків, що виникають у разі їх відсутності.

Таким чином, база та вибірка респондентів у дослідженні створюють необхідні умови для виявлення актуальних проблем юридичної відповідальності тренерів у бодібілдингу та спостереження за використанням договірних відносин. Участь спортсменів різного рівня та тренерів із різним досвідом гарантує репрезентативність отриманих результатів та підвищує їхню наукову цінність.

2.4 Характеристика етапів, інструментарію та процедур збору даних

Організація емпіричного дослідження передбачала кілька взаємопов'язаних етапів, кожен з яких був спрямований на отримання достовірних даних та їх подальшу систематизацію.

Дослідження проводилися в чотири етапи відповідно до поставлених завдань.

На першому етапі (січень 2025 року) вивчалася науково-методична та спеціальна література відповідно до поставлених завдань, підбиралися методи досліджень.

Другий етап (березень – жовтень 2025 року) містив розробку анкети для тренерів та спортсменів щоб перевірити правову обізнаність в тренувальному та змагальному етапах в бодібілдингу; здійснення анкетування та його послідовний аналіз отриманих результатів.

Безпосередньо під час тренувального етапу було проведено анкетування десяти спортсменів-бодібілдерів у залі APOLLO NEXT 019. Запитання стосувалися їхнього рівня правової обізнаності, досвіду підписання договорів чи інформованих згод, а також випадків, коли вони стикалися з порушенням з боку тренерів. Результати показали, що більшість спортсменів не мають достатніх знань про свої права та часто покладаються виключно на особисту довіру до тренера. Це створює серйозний правовий ризик для обох сторін у разі виникнення конфліктних ситуацій.

На третьому етапі (березень – жовтень 2025 року) відбулося впровадження договірних відносин між тренером та спортсменом. Після анкетування тренерів у центрі уваги було питання розуміння ними юридичної відповідальності, усвідомлення правових ризиків у повсякденній роботі та готовність функціонувати в рамках офіційно оформлених відносин. На цьому етапі відбулося впровадження розробленого договору про надання тренерських послуг зі спортивної підготовки у бодібілдингу.

На четвертому етапі (вересень – жовтень 2025) відбувся контрольний зріз дослідження, в якому було проведено фінальне анкетування та проаналізовано вплив договірних відносин на підготовчий та змагальний період тренерів та спортсменів-бодібілдерів.

На п'ятому етапі (березень – жовтень 2025) виконувалося написання бакалаврської роботи в цілому та підготовка до її захисту.

Важливим етапом стала робота з кейсами, що включала аналіз судових справ та змодельованих ситуацій. Це дозволило ілюструвати реальні та потенційні юридичні наслідки, які виникають через нехтування нормами безпеки, перевищення повноважень або прояви неетичної поведінки тренера. Залучення судової практики дало можливість не лише оцінити наявний стан правозастосування в Україні, а й порівняти його з міжнародним досвідом, де дисциплінарні та цивільно-правові механізми діють більш ефективно [26].

Узагальнюючи, емпіричне дослідження базувалося на поєднанні кількісних та якісних методів, що дозволило сформувати цілісну картину рівня правової обізнаності спортсменів, ставлення тренерів до юридичної відповідальності та виявити типові проблеми у сфері договірних відносин. Такий підхід забезпечив комплексність результатів і створив основу для подальшого аналізу критеріїв юридичної відповідальності тренера у бодібілдингу.

2.5. Аналітичне обґрунтування типових критеріїв юридичної відповідальності тренера

Аналітичне дослідження юридичної відповідальності тренерів у бодібілдингу вимагає чіткої систематизації критеріїв, які дозволяють визначати наявність чи відсутність підстав для притягнення до відповідальності. У цьому контексті важливо врахувати як теоретико-правові засади, так і результати емпіричного аналізу, отримані в ході анкетування та інтерв'ювання. Формування системи критеріїв має прикладне значення, оскільки дозволяє не лише уточнити зміст юридичної відповідальності, а й створити методичні орієнтири для практики спортивного права.

У другому розділі магістерської роботи було сформовано методологічну основу дослідження юридичної відповідальності тренерів у бодібілдингу та обґрунтовано організацію емпіричної частини. Застосування різних наукових

підходів і методів дало змогу поєднати теоретико-правовий аналіз із практичними спостереженнями та результатами досліджень.

По-перше, визначено, що вивчення правової відповідальності тренера у спорті можливе лише на основі інтеграції кількох методологічних підходів. Системний підхід дозволив побачити тренера як елемент складної правової системи, що поєднує норми національного законодавства, внутрішніх регламентів федерацій та міжнародних правил [32].

Структурно-функціональний підхід допоміг розкрити функції відповідальності – від превентивної до репутаційної [26]. Історико-правовий аналіз виявив еволюцію вимог до тренера, а порівняльно-правовий підхід дозволив залучити досвід США та країн ЄС для адаптації до українських умов [29].

По-друге, застосування загальнонаукових, спеціально-юридичних та емпіричних методів надало змогу поєднати фундаментальний аналіз із практичною перевіркою гіпотез. Історичний метод дозволив простежити зміну підходів до регламентації тренерської діяльності, тоді як формально-юридичний аналіз допоміг систематизувати чинні норми законодавства [8]. Використання інтерв'ю, анкетування та аналізу судових практик дозволило отримати об'єктивні емпіричні дані про рівень правової обізнаності спортсменів і готовність тренерів працювати у правовому полі [31].

По-третє, організація емпіричної частини дослідження підтвердила важливість поєднання кількісних і якісних методів збору даних. Анкетування спортсменів та інтерв'ювання тренерів на базі APOLLO NEXT 019 показали низький рівень знань щодо юридичних гарантій, а також неоднорідність позицій серед тренерів щодо значення формалізованих договорів. Аналіз типових контрактів виявив значні прогалини у правовому захисті як клієнтів, так і тренерів, тоді як змодельовані кейси та аналіз судових прецедентів дозволили виявити практичні ризики, пов'язані з нехтуванням нормами безпеки та неетичною поведінкою [30].

По-четверте, аналітичне обґрунтування типових критеріїв юридичної відповідальності тренера дозволило систематизувати підстави притягнення до відповідальності. Серед них: наявність юридичного обов'язку, порушення стандартів поведінки, причинний зв'язок між діями та наслідками, встановлення факту шкоди, форма вини та можливість доведення фактів у процесуальному порядку. Усі ці критерії формують методичний інструментарій, необхідний як для науковців, так і для практиків у сфері спортивного права.

Загалом результати розділу показують, що формування сучасної системи юридичної відповідальності тренерів у бодібілдингу є складним завданням, яке потребує поєднання правових, етичних та організаційних підходів. Запропонована методологія дослідження забезпечує не лише ґрунтовний аналіз, а й має практичну спрямованість — вона створює умови для розробки ефективних механізмів захисту прав спортсменів, підвищення рівня правової культури тренерів та вдосконалення системи правового регулювання у сфері спорту.

РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРАВОВИХ ВІДНОСИН У СИСТЕМІ БОДІБІЛДІНГУ ТА ДИНАМІКА ПРАВОВИХ ВІДНОСИН У СИСТЕМІ БОДІБІЛДІНГУ

3.1. Рівень професійного досвіду тренерів та спортсменів

За результатами анкетного опитування було встановлено, що середній досвід тренерів, які працюють із спортсменами-бодібілдерами, становить 4-6 років; рідше трапляються фахівці зі стажем 1-3 роки (рис.3.1). З відкритих відповідей випливає, що група «1-3 роки» переважно сформована з чинних або нещодавніх учасників змагань, які поєднують тренерську діяльність із власними змаганнями.

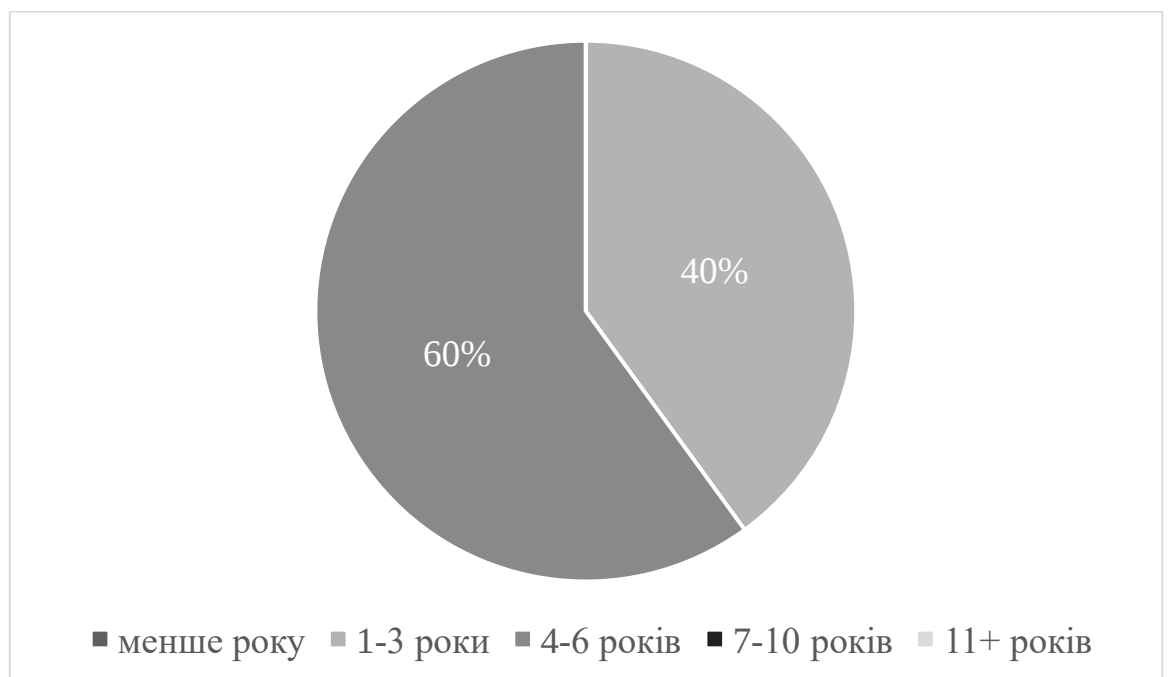


Рис. 3.1. Розподіл тренерів за професійним стажем роботи

Серед спортсменів середній змагальний досвід у 50 % опитаних спортсменів перебуває у діапазоні 4-6 років, рідше – 1- 3 роки, що складає 30 % всіх опитаних бодібілдерів, ще рідше змагальний досвід менше року та від 7 до 10 років по 10% від загальної кількості від опитаних (рис.3.2).

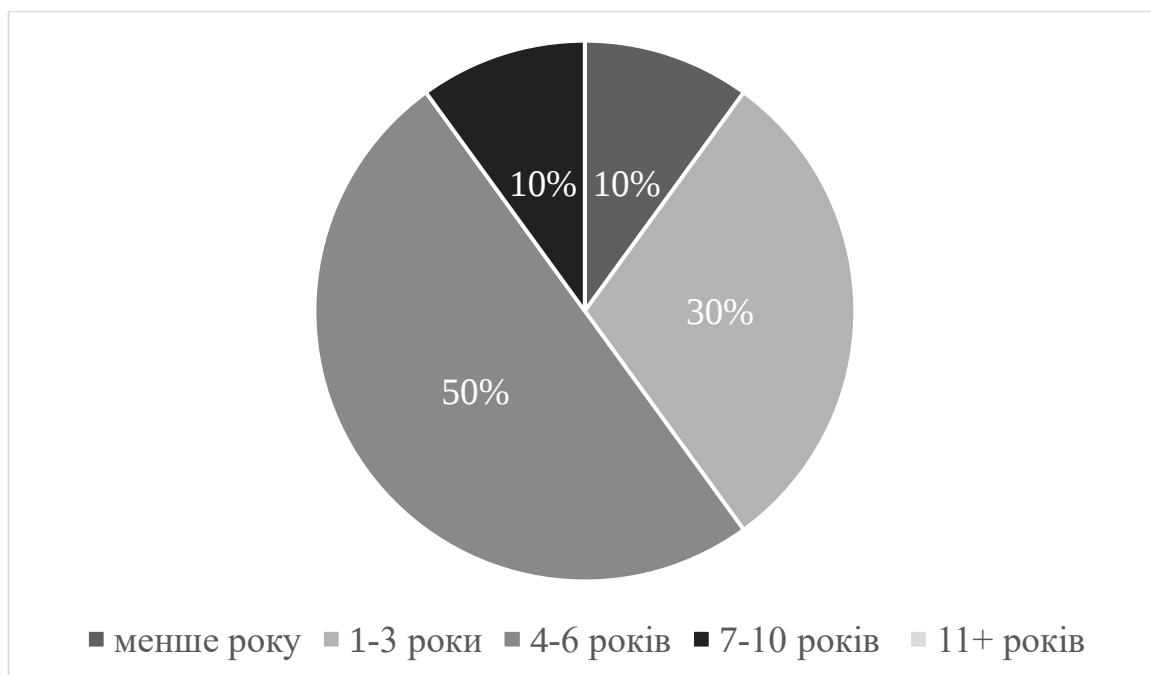


Рис. 3.2. Розподіл спортсменів за змагальним досвідом

Сукупність цих показників свідчить про відносно довгу співпрацю у бодібілдингу: взаємодія тренер - спортсмен зазвичай розгортається у межах кількох сезонів і має тенденцію до пролонгації.

Правова обізнаність у тренувальному процесі: інформована згода, стартовий інструктаж і медичний скринінг

Обізнаність з правами під час тренувального процесу, за підсумками опитування переважна частина спортсменів декларує загальне розуміння своїх базових прав як споживачів послуг і учасників спортивних відносин (право на безпеку, належну якість послуг, отримання повної та доступної інформації) [11, 23]. Фактична обізнаність, , щодо надання спортсменам інформованої згоди (Додаток Е) та стартового інструктажу із безпеки: відповідно до шкали оцінювання (табл. 3.1) отримано середнє значення – 4,2 із 5. Це означає, що інформована згода та стартовий інструктаж із безпеки здебільшого

проводяться правильно й зрозуміло. «Трійки» вказують на поодинокі прогалини, такі як: не завжди однакова детальність пояснень або не має акцентування, а саме фіксування обговореної інформації на носіях, якщо коротко : відсутність задокументованої згоди та договору.

Таблиця 3.1.

Оцінка інформованої згоди та стартового інструктажу (шкала 1-5)

		Шкала від 1 до 5				
		1	2	3	4	5
Опитані спортсмени	1			✓		
	2			✓		
	3			✓		
	4				✓	
	5				✓	
	6					✓
	7					✓
	8					✓
	9					✓
	10					✓

Закон «Про захист прав споживачів» прямо гарантує право на безпечні послуги й повну інформацію про них, а Закон «Про фізичну культуру і спорт» покладає на суб'єктів сфери спорту обов'язок забезпечити безпечні умови тренувань [8, 11]. Міжнародні стандарти також підкреслюють право спортсмена бути поінформованим і захищеним: Кодекс етики ACSM вимагає конфіденційності та дій у межах компетентності [16], а сучасний алгоритм передтренувального скринінгу ACSM/EIM спрямований на виявлення осіб

підвищеного ризику до початку навантажень [17]. У сукупності це формує робочу рамку «попередження - згода - документування», яка підвищує правову захищеність і знижує конфліктність взаємодії тренера й спортсмена.

3.3. Договірне оформлення взаємин між тренером та бодібілдером: поширеність та типи угод

У ході опитування: Чи наявний письмовий договір із тренером?; Чи письмово визначені права та обов'язки тренера та підопічного спортсмена? Встановлено, що лише 30% респондентів (3 із 10) мають оформлений письмовий договір із тренером, натомість 50% (5 із 10) працюють без формалізованих умов, решта 20% (2 із 10) – це ті що укладають договір за запитом (рис. 3.3).

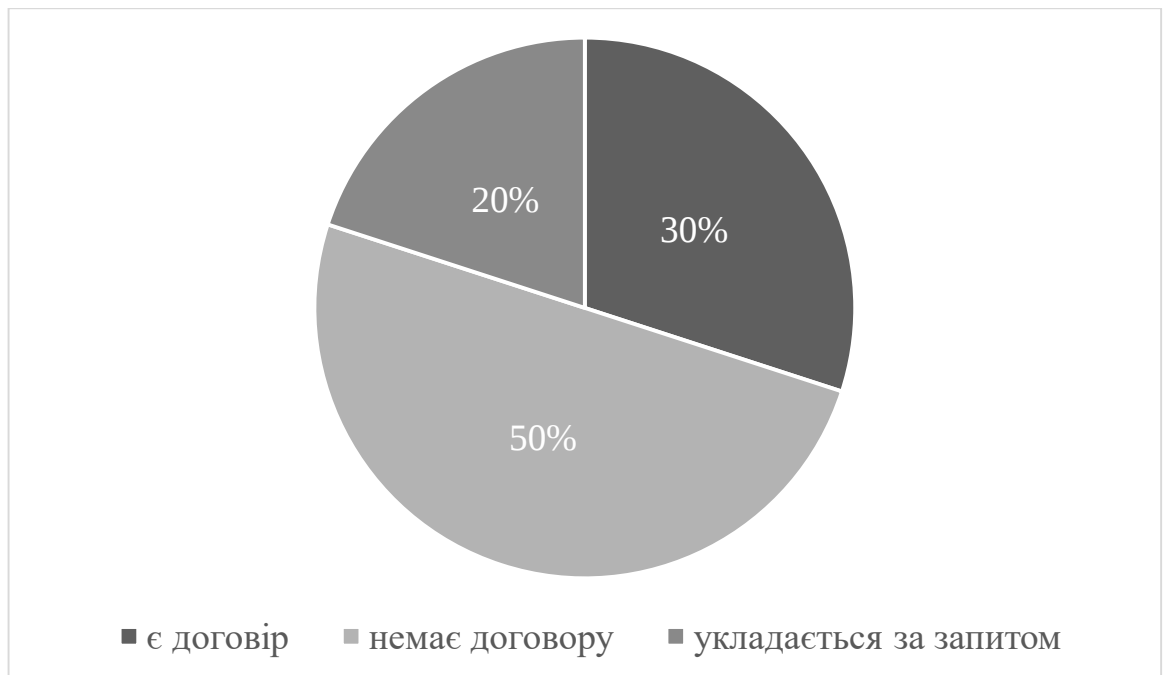


Рис. 3.3. Поширеність договірної оформлення взаємин тренер–спортсмен

Такий розподіл свідчить про часткову правову невизначеність у більшості опитаних і потенційні ризики для захисту прав сторін у разі спорів чи інцидентів. Для підвищення правової визначеності доцільно стандартизувати договірну форму та забезпечити її обов'язкове підписання перед початком підготовки.

У практиці опитаних спортсменів застосовуються чотири базові моделі договірного оформлення взаємодії з клієнтами: письмовий індивідуальний договір; договір приєднання до правил/договору клубу; фіксація умов у листуванні (месенджери, e-mail); усна домовленість без документального підтвердження. Розподіл використання моделей серед 10 тренерів такий: договір клубу (приєднання) – це 3, умови в листуванні – 3, письмовий індивідуальний договір – 2, усна домовленість – 2 (табл. 3.2).

Таблиця 3.2.

Види договірних моделей у практиці опитаних спортсменів

Категорія договорів	Опис (стисло)	К-сть тренерів (із 10)
Договір клубу (приєднання)	Клієнт приєднується до типового договору/правил клубу	3
Умови в листуванні	Узгодження вартості/графіка/правил у месенджері або e-mail	3
Письмовий індивідуальний договір	Персональний контракт тренер–клієнт з додатками (план, оплата, відповідальність)	2
Усна домовленість	Домовленості без письмової фіксації	2

Така структура свідчить, що домінують формати з хоча б мінімальною письмовою фіксацією (договір клубу або листування), тоді як частка індивідуальних письмових контрактів поки що менша. З позиції правової

визначеності доцільним є поступовий перехід від усних/листувальних домовленостей до стандартних письмових угод (індивідуальний договір).

За результатами окремого опитування п'яти тренерів щодо готовності працювати у форматі письмового договору, отримано наступні результати (рис. 3.4).

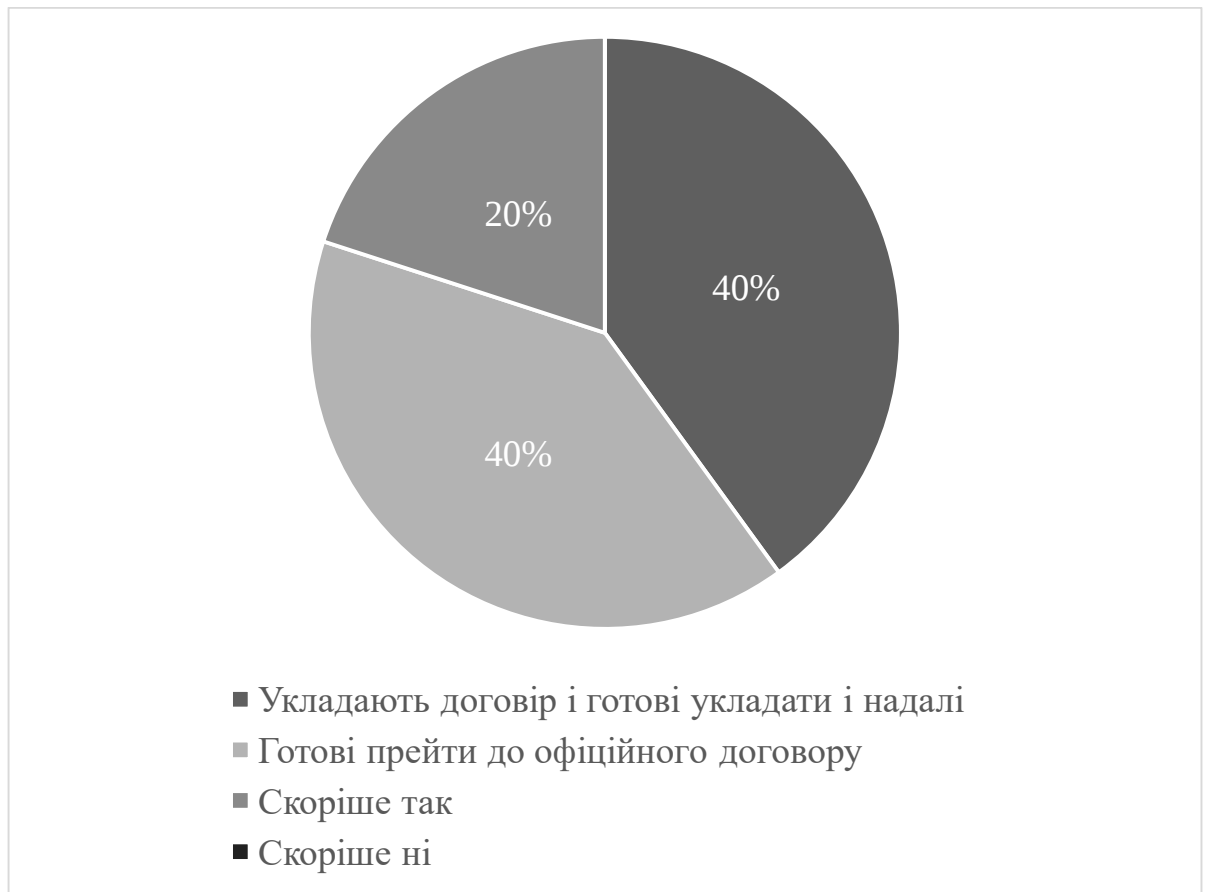


Рис.3.4. Готовність тренерів працювати у форматі письмового договору

Отже, двоє тренерів повідомили, що вже оформлюють угоди і надалі планують дотримуватися цієї практики; ще двоє оформили угоди лише на період дослідження; один тренер утримався від остаточної позиції, але радше схиляється до оформлення в майбутньому. Отже, переважає прихильність до письмового регулювання, а саме 4 із 5 тренерів демонструють фактичне застосування або позитивну динаміку, що підтверджує життєздатність моделі і доцільність її масштабування.

3.4 Частота та типи правових порушень з боку тренерів

Типові порушення, які спортсмени вказали в анкетах та які описані у правничих оглядах, стосуються (таб. 3.3).

Таблиця 3.3.

Категорії порушень і частка респондентів, які їх зазначили.

	Категорія порушення	%
1	Неповернення коштів	30 %
2	Технічний супровід (неналежний)	20 %
3	Дієтичні обмеження (надмірні)	10 %
4	Фармакологія без скринінгу	10 %
5	Відсутність медичного скринінгу (початкового)	30 %

За підсумками опитування 10 спортсменів бодібілдерів, найчастіше описувались два типи порушень: відсутність первинного медичного скринінгу (30%) та неповернення коштів за непроведені тренування (30%). Далі за частотою йде неналежний технічний супровід під час виконання вправ (20%). Рідше фіксувалися зловживання фармакологією без попереднього скринінгу (10%) та надмірні/шкідливі дієтичні обмеження (10%). Отримані дані свідчать про дефіцит процедур безпеки на старті програми (скринінг, інформована згода) та окремі проблеми з дотриманням стандарту належної обачності і добросовісності у фінансових взаєминах тренер–клієнт.

3.5. Повторне анкетування після впровадження договору про надання послуг спортивної підготовки

Після другого етапу дослідження, а саме анкетування, на якому було виявлено найпоширеніші проблеми, а саме відсутність первинного медичного скринінгу, неповернення коштів, нерівномірна правова обізнаність, на

другому етапі впроваджено типовий договір про надання послуг зі спортивної підготовки між тренером і спортсменом. Договір застосовувався та врегульовував правовідносини тренера та спортсмена бодібйлдера протягом тренувального та змагального процесу. Після застосування договору проведено повторне опитування тих самих тренерів і спортсменів, що і в першому етапі дослідження. Анкетування склалося з ідентичних до першого зрізу блоків із додатковими питаннями про зміну якості взаємодії, прозорість розрахунків, відповідність процедур безпеки та задоволеність сторін.

3.6. Динаміка правової обізнаності, процедур безпеки та фінансової визначеності

Повторне опитування засвідчило підвищення формалізації відносин: частка спортсменів із підписаним договором після проведення дослідження зросла з 30% до 100%. Середня оцінка якості стартового інструктажу та інформованої згоди зросла з 4,2 до 4,8 балів (таб.3.4).

Таблиця 3.4.

Повторна оцінка інформованої згоди та стартового інструктажу (шкала 1-5)

		Шкала від 1 до 5				
		1	2	3	4	5
Опитані спортсмени	1					✓
	2					✓
	3					✓
	4				✓	
	5				✓	
	6					✓

	7					✓
	8					✓
	9					✓
	10					✓

3.7. Вплив типового договору на запобігання конфліктам і якість правового врегулювання

За підсумками відкритих відповідей спортсменів та тренерів, сторони відзначили три основні зміни після впровадження договірної основи (табл.3.5).

Таблиця 3.5.

Основні зміни після впровадження договірної основи

Напрямок	Що включили в договір	Ефект
Прозорість фінансів	Правила оплати, скасування, повернень; умови «заморозки»	Менше спорів, прогнозовані розрахунки
Безпека на старті	Медичні допуски; інформована згода з ризиками; стартовий скринінг	Зниження конфліктів після травм/загострень
Розмежування компетенцій	Ролі у харчуванні й фармакології; заборона допінг-порад без медскерування	Менше неформальних рекомендацій, юридична визначеність

По-перше, підвищення прозорості фінансових розрахунків завдяки розділу договору про порядок оплати, скасування і повернень коштів. По-друге, стандартизація безпеки на старті підготовки через обов'язкові медичні

допуски та інформовану згоду з чіткими попередженнями про ризики, що знизило конфліктність після травм або загострень. По-третє, чітке розмежування компетенцій і відповідальності у питаннях харчування і фармакології, у тому числі заборона будь-яких допінгових порад без медичного скерування, що зменшило зону неформальних рекомендацій, структуровано.

3.8. Практичні наслідки та рекомендації щодо масштабування

Повторний зріз підтвердив, що типовий письмовий договір, поєднаний із мінімально достатніми медико-правовими процедурами, є ефективним інструментом зниження правових ризиків та підвищення якості послуги спортивної підготовки. Емпіричні дані засвідчують доцільність інституціоналізації трьох базових компонентів: попереднього скринінгу з фіксацією PAR-Q, медичного допуску та інформованої згоди; фінансового регламенту з автоматизованими правилами перенесень і повернень; журналу інцидентів та коригувальних дій із простежуваністю причинно-наслідкових зв'язків. Перспективним напрямом є переведення договору в електронну форму з кваліфікованим електронним підписом та інтеграцією до CRM для автоматизованого формування додатків, актів і платіжних подій.

Опитування 5 тренерів щодо готовності працювати у форматі письмового договору після впровадження договірних відносин в рамках дослідження продемонструвало переважання прихильності до письмового регулювання: двоє вже системно укладали договірні відносини й планують зберігати практику, ще двоє уклали договори в межах дослідження, як первинний досвід та чітко відповіли та 5 тренер займає обережно нейтральну позицію щодо майбутнього оформлення. Сукупно чотири з п'яти респондентів демонструють фактичне застосування або позитивну динаміку, що підтверджує життєздатність моделі та доцільність її масштабування (рис. 3.5).

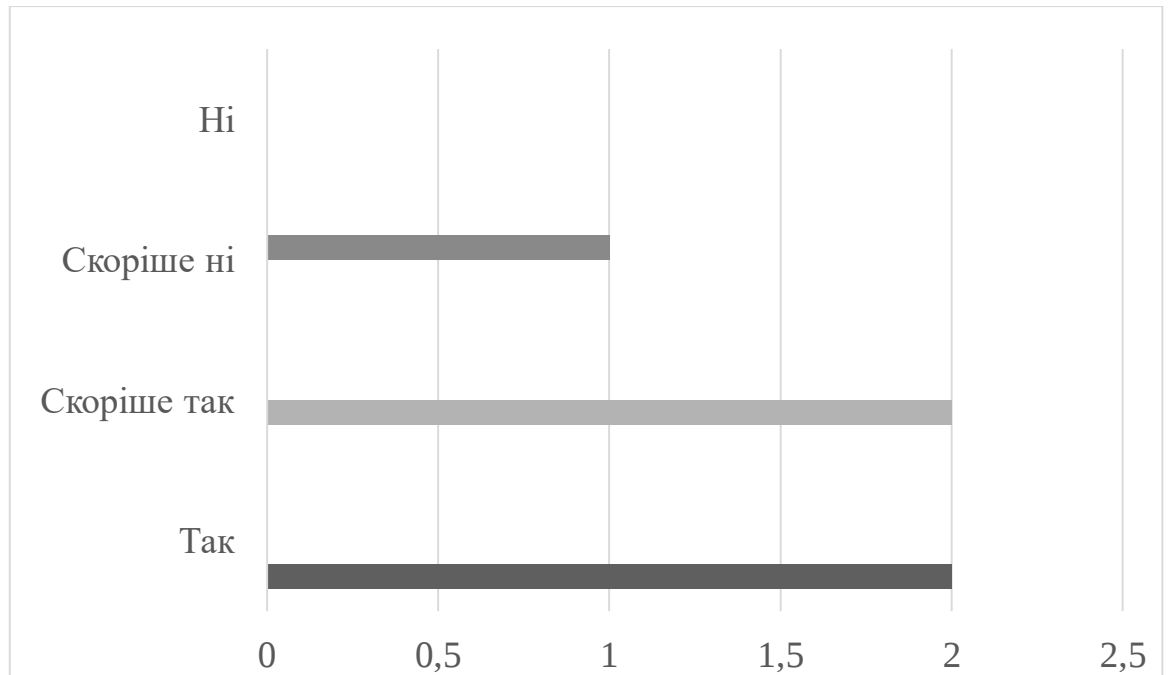


Рис.3.5. Готовність працювати у форматі письмового договору після впровадження договірних відносин

Змістовною новацією стало уніфікування фінансових відносин у частині призових виплат. Раніше винагорода тренеру за призове місце мала факультативний характер і залежала від доброї волі спортсмена; натомість уніфікований договір закріплює прозорий механізм розподілу призових у вигляді відсоткової пропорції між спортсменом і тренером, із фіксацією параметрів у додатку та оформленням окремого акта-розрахунку в погоджений строк. При цьому стандартна плата за тренування зберігається й не поглинається призовим фондом. Договір прямо визначає пакет послуг спортивної підготовки, окреслює потенційні додаткові витрати (медичні скринінги, лабораторні аналізи, консультації з харчування тощо) та встановлює порядок їх оплати.

Межі відповідальності сторін деталізовано таким чином, щоб мінімізувати невизначеність очікувань. Тренер відповідає за планування і ведення тренувального та змагального процесу, коректну техніку виконання вправ, безпеку і періодизацію навантажень, навчання позуванню,

індивідуалізацію харчування в межах компетенції, а також своєчасну комунікацію ризиків і документування ключових рішень. Спортсмен несе відповідальність за сумлінне виконання призначень, дотримання раціону, своєчасну здачу аналізів і надання медичних допусків та страхування. Така конструкція зменшує ймовірність спорів щодо ролей і фінансів, підвищує передбачуваність взаємодії протягом усього тренувального та змагального циклів і формує відтворювану модель управління ризиками, придатну для масштабування на рівні клубу або федерації.

Як переконливий доказ ефективної інтеграції правового договору у процес тренування та змагання бодібілдера є наступні результати анкетування (рис.3.6), де 8 із 10 опитаних спортсменів готові перейти на виключно офіційні відносини з тренером та враховуючи попередні результати 4 із 5 тренерів бачать позитивні зміни та готові до укладання договорів з спортсменами.

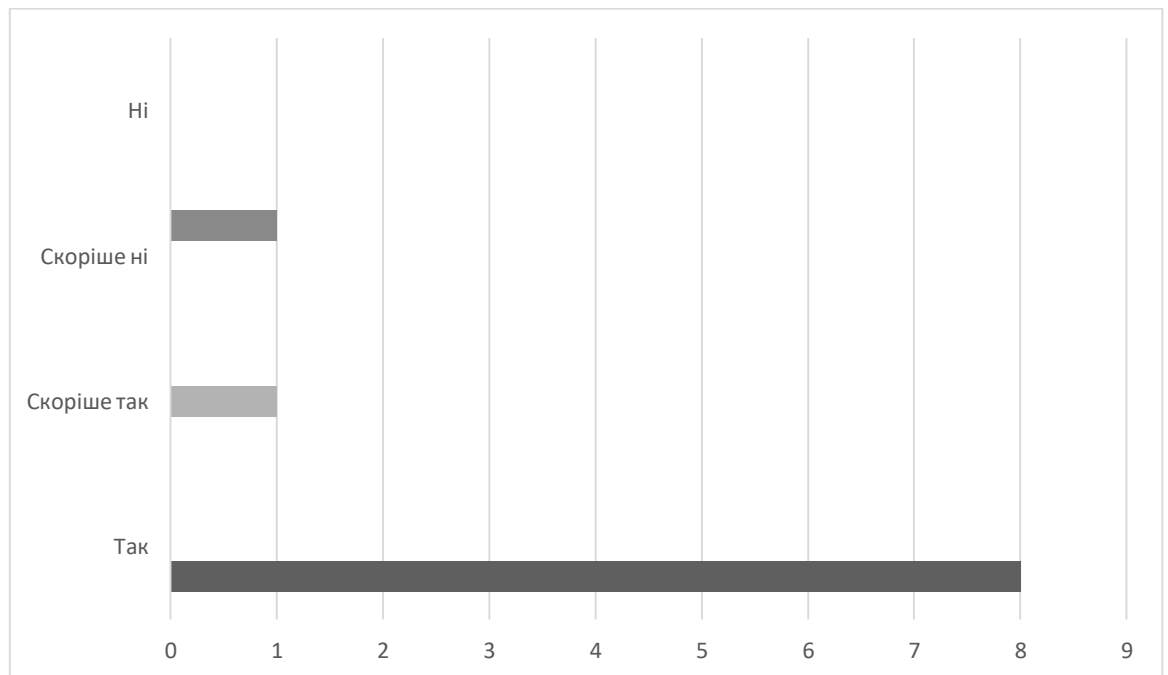


Рис.3.6. Готовність працювати у форматі письмового договору після впровадження договірних відносин

Висновок до розділу 3

Емпіричний зріз підтвердив, що правові відносини у бодібілдингу мають тривалий, багатоцикловий характер і розгортаються між сторонами не епізодично, а протягом кількох сезонів. Профіль вибірки відображає переважання тренерів зі стажем 4–6 років і помітну частку фахівців із досвідом 1-3 роки, що частково сформована з чинних або нещодавніх учасників змагань. Схожий часовий горизонт демонструють і спортсмени: найбільша частка має 4-6 років змагальної практики, що пояснює потребу у стабільних та формалізованих правилах взаємодії і підвищує значущість якісного правового регулювання тренувального процесу.

Результати щодо правової обізнаності та процедур безпеки загалом позитивні: середня оцінка інформованої згоди та стартового інструктажу становить 4,2 із 5, однак фіксуються окремі прогалини у стандартизації й документуванні, насамперед у частині фіксації згоди та наявності письмових договорів. Саме дефіцит документування корелює з виявленими порушеннями: найчастіше респонденти зазначали відсутність первинного медичного скринінгу перед початком підготовки та неповернення коштів за непроведені тренування (по 30%), далі – неналежний технічний супровід (20%), а також поодинокі повідомлення про надмірні дієтичні обмеження та зловживання фармакологією без попереднього скринінгу (по 10%). Сукупно це вказує на нерівномірність дотримання стандарту належної обачності: у частини практик скринінг, інформована згода й технічний супровід впроваджені належно, однак уразливими залишаються фінансово-договірний блок і протоколи медико-правової безпеки на старті програми.

Договірне поле характеризується змішаною практикою: лише 30% спортсменів мають письмові договори, половина працює без формалізованих умов, ще 20% укладають договір ситуативно. На боці тренерів домінують моделі з мінімальною письмовою фіксацією – приєднання до договору/правил

клубу та узгодження умов у листуванні (по 3 із 10), тоді як індивідуальний письмовий контракт і чисто усна домовленість трапляються рідше (по 2 із 10). Така конфігурація зменшує правову визначеність і підвищує ризики спорів, особливо у випадках скасування, травм та спірних рекомендацій щодо харчування чи фармакології.

Отримані дані у своїй цілісності підтверджують необхідність поетапного переходу до стандартизованого письмового оформлення взаємин: типові договори про надання послуг спортивної підготовки або індивідуальні контракти, уніфікація медичного скринінгу на старті підготовки та впровадження внутрішніх регламентів технічного супроводу й повернень коштів. Це дозволить знизити конфліктність, вирівняти практики до вимог законодавства та міжнародних професійних стандартів і створити більш безпечне, прозоре та ефективне середовище взаємодії тренера і спортсмена.

Повторне опитування після впровадження типового договору засвідчило зростання договірної дисципліни, покращення процедур безпеки та зниження конфліктності у ключових ризикових точках взаємодії. Запропоновані механізми мають сталість у часі за умови їх формального закріплення в політиках клубу, регулярного навчання тренерів і використання цифрових інструментів документування.

РОЗДІЛ 4. ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ. ПРОПОЗИЦІЇ ЩОДО ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРАВОВОГО РЕГУЛЮВАННЯ

4.1. Узагальнення отриманих результатів у контексті сучасних досліджень

Емпіричні дані з бодібілдингу підтверджують: правова передбачуваність і безпека тренувального процесу зростають там, де формалізовані скринінг, інформована згода й письмові договори. Українські норми встановлюють обов'язок забезпечення безпечних умов надання фізкультурно-спортивних послуг та права споживача на інформацію і безпеку [8, 11] що логічно поєднується з медико-правовими інструментами інформованої згоди [23]. На рівні професійних світових стандартів для фітнесу/спорту базову рамку, яка передбачає попередні дії відносно спортсмена: «скринінг – згода – документування – стандарт обачності» закріплюють ACSM (етичний кодекс та алгоритм передтренувального скринінгу), NSCA (професійні стандарти та орієнтація на зниження юридичних ризиків) і сучасні узагальнення щодо застосування скринінгового алгоритму в практиці [16, 17, 24, 25]. Антидопінговий вимір, релевантний саме для бодібілдингу, додає обов'язки для персоналу, що підтримує спортсмена, включно з тренером за Кодексом WADA та Міжнародним стандартом Забороненого списку [26, 27]. Права-орієнтовану оптику задає також Міжнародна хартія ЮНЕСКО про фізичне виховання, фізичну активність і спорт: кваліфікований персонал, безпечні умови, управління ризиками та етичні стандарти є невід'ємними атрибутами якісних спортивних [28]. Отримані нами результати співзвучні цим підходам: там, де є письмові договори та чітко визначені правила, скринінг, інструктаж і прозора

комунікація про ризики, нижчі частки конфліктів, вищі показники довіри та краща самооцінка правової обізнаності спортсменів.

4.2. Виявлені ризики, правові прогалини та шляхи їх усунення

Ключові ризики, виявлені опитуванням та аналізом документів, – відсутність або формальність скринінгу перед навантаженнями, нечіткість предмета послуги у договорах, недостатня фіксація інструктажу/подій, розмиті або надмірні застереження про звільнення від відповідальності, а також ризики обробки персональних і медичних даних без належної правової підстави [8, 13, 22, 37].

Усунення цих прогалин передбачає в першу чергу впровадження уніфікованих процедур скринінгу [23], а саме первинне опитування й PAR-Q+ з фіксацією анамнезу захворювань, поточних симптомів і хронічних ризиків.

По-друге, ввести практику на типові інформовані згоди на фізичне навантаження з чітким попередженням про індивідуальні ризики [23].

По-третє, укладання договорів з визначенням предмета, алгоритмів безпеки, протоколів першої допомоги, порядку фіксації інцидентів, претензій і повернень [8, 11].

4.3. Пропозиції щодо правового регулювання тренерської діяльності у фітнес-галузі

На рівні сьогодення, варто чітко обрамлювати правові відносини в сфері фітнесу. Варто впроваджувати багаторівневі відносини, які будуть охоплювати законодавчу складову, стандарти в сфері фітнесу та правктичну складову застосування.

Фундаментом, будь-яких, відносин є законодавча частина. При регулюванні сфери фітнесу, в першу чергу варто застосовувати чинні норми,

які будуть спрямовані на : безпеку спортивних послуг і права споживачів, належну інформацію та якість, легітимне використання інструментів інформованої згоди та дотримання правил захисту персональних даних [8, 11, 23, 33].

Другою складовою регулювання мають бути професійні стандарти, а саме : відображення у договорах , регламентах та внутрішній політиці клубів, залів та студій положень, які будуть на офіційному рівні закріплювати скринінг, компетентність, протоколи невідкладної допомоги, брифінг з техніки та страхування вправ. [16, 17, 21, 24].

Остання складова якісного регулювання надання послуг тренером – це наявність етичних та інтеграційних норм. Це передбачає наявність інструментів таких, як: локальний кодекс тренера на базі EREPS/IOC/ЮНЕСКО; ризик-менеджмент за ISO 31000 із реєстром ризиків (вправи, обладнання, групи клієнтів), критеріями прийнятності та планами реагування; антидопінгові положення з посиланням на Кодекс WADA і навчання персоналу [27, 34, 35, 37, 58].

Реалізація всіх попередніх складових має здійснюватися через типові пакети документів, які обов'язково мають передбачати: договір, політику безпеки, інформовану згоду, політику даних, чек-листи скринінгута інструктажу. Щоб це все сформувати в одну цілу систему потрібно контролювати виконання цих положень за допомогою регулярних аудитів відповідності та освітні модулі для тренерів. У підсумку формується горизонтальна сумісність правових, професійних і етичних стандартів, які суд або арбітраж може трактувати як «очікувану обачність» професіонала.

Висновки до розділу 4

Інтерпретація показує: підвищення правової культури у бодібілдингу потребує не нових окремих законів, а системної імплементації чинних норм

через стандартизовані процедури скринінгу, інформованої згоди, належно оформлені договори, прозорі політики даних і локальний етичний кодекс, узгоджений з міжнародними орієнтирами такими, як: ACSM/NSCA/EREPS, ІОС, ЮНЕСКО, WADA. Інституціоналізація ризик-менеджменту за ISO 31000 забезпечує практичний місток між нормами права та щоденною роботою тренера/клубу: ідентифікація ризиків, контрольні заходи, моніторинг та поліпшення. Для видів із високими навантаженнями саме така «пакетна» модель зменшує травматизм і конфліктність, а у випадку спору – надає сторонам чітку доказову базу про належну професійну обачність і поінформованість.

ВИСНОВКИ

1. Узагальнюючи результати дослідження, можна стверджувати, що поставлена мета – теоретично обґрунтувати й емпірично перевірити правові засади та інструменти відповідальності тренера у бодібілдингу в тренувально-змагальному циклі – досягнута повною мірою. На теоретичному рівні роботи, було виокремлено місце бодібілдингу як дисципліни з чіткими критеріями оцінювання, організаційною вертикаллю та специфікою підготовки, що обумовлює підвищені вимоги до правової та етичної культури тренера. Розкрито нормативний статус тренера, окреслено кваліфікаційні вимоги та види юридичної відповідальності, виявлено прогалини у чинному регулюванні для неолімпійських видів спорту й показано, що без письмового договору, стандартизованого скринінгу, інформованої згоди та процедур документування забезпечити належний рівень безпеки і правової визначеності практично неможливо. Порівняльно-правовий аналіз підтвердив, що юрисдикції ЄС і США вирішують аналогічні виклики через поєднання сертифікації, етичних кодексів, страхування професійної відповідальності та договірної дисципліни, що може бути адаптовано в українському контексті.
2. Емпірична частина виявила структурні слабкі місця повсякденної практики: низьку поширеність письмових договорів, нерівномірність стартового медико-правового скринінгу, окремі порушення стандарту належної обачності та фінансові спори. Водночас експериментальне впровадження типового договору разом із мінімально достатніми процедурами безпеки продемонструвало швидкий і вимірюваний ефект: повне охоплення вибірки письмовими угодами, зростання якості інструктажу та інформованої згоди,

зниження конфліктності у «чутливих» точках взаємодії, ясніші ролі в питаннях харчування і фармакології, передбачуваність платежів та повернень. Отримані результати узгоджуються із сучасними професійними стандартами і підтверджують гіпотезу, що формалізація практик через «пакет» документів і процедур суттєво підвищує правову передбачуваність і безпеку тренувального процесу.

3. Наукова новизна праці полягає у побудові цілісної моделі юридичної відповідальності тренера з урахуванням предметних ризиків бодібілдингу та у виведенні прикладних критеріїв притягнення до відповідальності, що об'єднують доктрину й практику: юридичний обов'язок, стандарт обережності, причинний зв'язок, доведеність шкоди, форма вини та процедурна спроможність доказової бази. Практична цінність полягає у запропонованій концепції поетапної інституціоналізації: типова договірна форма з розділами про безпеку, фінанси і призові, стандартизовані інформовані згоди та чек-листи скринінгу, політики конфіденційності даних, журнал інцидентів і коригувальних дій, а також локальний етичний кодекс тренера з антидопінговими положеннями.
4. Обмеження дослідження пов'язані з розміром і локальністю вибірки та коротким часовим горизонтом повторного зрізу. Це зумовлює потребу в ширших мультицентрових дослідженнях, довших панельних спостереженнях і залученні судової практики в динаміці. Перспективи подальших робіт убачаються у валідації запропонованого типового договору на більшому колі тренерів та спортсменів, у цифровізації документопотоку (е-підпис, інтеграція до CRM), у розробленні національних методичних рекомендацій для неолімпійських видів та у створенні галузевого етичного кодексу з модулем безперервної освіти для тренерів.

5. З огляду на отримані результати, реалізація запропонованих інструментів дає подвійний ефект: підвищує безпеку та добробут спортсмена і одночасно зменшує правові ризики для тренера та організації. Для українського бодібілдингу це означає перехід від персоніфікованих, часто неформальних практик до прозорої, відтворюваної та захищеної моделі взаємодії, що сприяє професіоналізації галузі, зростанню довіри і стабільному розвитку дисципліни. Таким чином, робота формує доктринально і практично узгоджену рамку, яка може слугувати підставою для локальних політик клубів, методичних рішень федерацій та подальших нормотворчих ініціатив, а також бути безпосередньо впровадженою у щоденну діяльність тренера як стандарт належної професійної практики.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. World Bodybuilding History. History of Bodybuilding. URL: <https://www.worldbodybuilding.net/history.html> (дата звернення: 21.10.2025).
2. International Federation of BodyBuilding & Fitness (IFBB). About / Governance / Events (офіц. сайт). URL: <https://ifbb.com/> (дата звернення: 21.10.2025).
3. Спортивний комітет України. Бодібілдинг : сторінка виду спорту. URL: https://scu.org.ua/type_sport/bodibilding/ (дата звернення: 21.10.2025).
4. American College of Sports Medicine (ACSM). Top Fitness Trends 2025. URL: <https://www.acsm.org/top-fitness-trends-2025> (дата звернення: 21.10.2025).
5. Міністерство молоді та спорту України. Правила змагань з бодібілдингу (офіц. PDF). URL: https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla_zmagan/2023/%D0%91%D0%BE%D0%B4%D1%96%D0%B1%D1%96%D0%BB%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B3.pdf (дата звернення: 21.10.2025).
6. Федерація бодібілдингу України (ФББУ) : офіційний сайт. URL: <https://fbbu.com.ua> (дата звернення: 21.10.2025).
7. International Federation of Bodybuilding and Fitness (IFBB). Rules and Regulations / Judging (офіц. сайт). URL: <https://ifbb.com/rules-and-regulations/> (дата звернення: 21.10.2025).
8. Про фізичну культуру і спорт : Закон України від 24.12.1993 № 3808-XII // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/3808-12> (дата звернення: 21.10.2025).
9. Цивільний кодекс України : Закон України від 16.01.2003 № 435-IV (зокрема ст. 1166, 1167, 906–907, 1172) // База даних «Законодавство

- України». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/435-15> (дата звернення: 21.10.2025).
10. Кримінальний кодекс України : Закон України від 05.04.2001 № 2341-III (зокрема ст. 128, 137, 323, 325) // База даних «Законодавство України». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14#Text> (дата звернення: 21.10.2025).
11. Про захист прав споживачів : Закон України від 12.05.1991 № 1023-XII // База даних «Законодавство України». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/1023-12> (дата звернення: 21.10.2025).
12. FitLegally. Personal Trainer Contracts: Why You Need One & What to Include (блог-публікація). URL: <https://fitlegally.com/blog/personal-trainer-contracts/> (дата звернення: 21.10.2025).
- 13.5 канал. «Киянин засудив фітнес-тренера за шкоду від стероїдів...» (новина). URL: <https://www.5.ua/suspilstvo/kyianyn-zasudyv-fitness-trenera-za-shkodu-vid-steroyidiv--spravu-rozhliadaly-u-sudi-stolytsi-240971.html> (дата звернення: 21.10.2025).
14. Суспільне. Новини. «У Києві розпочався суд над тренером, який призвів до травмування спортсмена» (повідомлення). URL: <https://suspilne.media/175264-v-kievi-rozpocavsya-sud-nad-trenerom-aki-prizviv-do-travmuвання-sportsmena/> (дата звернення: 21.10.2025).
15. National Center for Biotechnology Information (NCBI). Огляди щодо безпеки/відповідальності в спорті (відкр. доступ). URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/> (дата звернення: 21.10.2025).
16. American College of Sports Medicine. Member Code of Ethics (офіц. документ). URL: <https://www.acsm.org/membership/member-code-of-ethics/> (дата звернення: 21.10.2025).
17. Riebe D., Franklin B.A., Thompson P.D. та ін. Updating ACSM's Recommendations for Exercise Preparticipation Health Screening. Medicine

- & Science in Sports & Exercise. 2015. 47(11): 2473–2479. DOI: 10.1249/MSS.0000000000000664.
18. Deutscher Olympischer Sportbund (DOSB). Офіційний сайт. URL: <https://www.dosb.de> (дата звернення: 21.10.2025).
19. Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques (France). Офіційний сайт (регуляції тренерської діяльності; диплом BPJEPS). URL: <https://www.sports.gouv.fr> (дата звернення: 21.10.2025).
20. National Academy of Sports Medicine (NASM). Certification — Become a Personal Trainer (офіц. сайт). URL: <https://www.nasm.org/certification> (дата звернення: 21.10.2025).
21. National Strength and Conditioning Association (NSCA). Codes, Policies and Procedures (офіц. сторінка). URL: <https://www.nasca.com/about-us/about-us/governance/nsca-codes-policies-and-procedures/> (дата звернення: 21.10.2025).
22. Coaching Association of Canada. NCCP Code of Ethics (офіц. PDF). URL: https://coach.ca/sites/default/files/archive/2020-03/NCCP_Code_of_Ethics_2020_EN.pdf (дата звернення: 21.10.2025).
23. Інструкція щодо заповнення форми первинної облікової документації № 003-6/о «Інформована добровільна згода...» : Наказ МОЗ України від 14.02.2012 № 110 // База даних «Законодавство України». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z0697-12> (дата звернення: 21.10.2025).
24. Exercise is Medicine®. Exercise Preparticipation Health Screening Tool / Questionnaire (офіц. ресурс). URL: <https://www.exerciseismedicine.org> (дата звернення: 21.10.2025).
25. McCaskey A., Biedzynski K. W. A Guide to the Legal Liability of Coaches for a Sports Participant's Injuries. Seton Hall Journal of Sport Law. 1996. Vol. 6. P. 7–125. URL: https://scholarship.shu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1247&context=sports_entertainment (дата звернення: 21.10.2025).

26. Partington N. Coaching, Sport and the Law: A Duty of Care. London: Routledge, 2021. 238 p. ISBN 978-1-032-00451-8. URL: <https://www.routledge.com/Coaching-Sport-and-the-Law-A-Duty-of-Care/Partington/p/book/9781032004518> (дата звернення: 21.10.2025).
27. World Anti-Doping Agency (WADA). World Anti-Doping Code 2021 (офіц. PDF). URL: https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/2021_wada_code.pdf (дата звернення: 21.10.2025).
28. World Anti-Doping Agency (WADA). The World Anti-Doping Code & International Standards (у т.ч. Prohibited List 2025). URL: <https://www.wada-ama.org/en/prohibited-list> (дата звернення: 21.10.2025).
29. Mitten M. J., Davis T., Smith R. C., Shropshire K. L. Sports Law: Governance and Regulation. 4th ed. New York: Aspen Publishing, 2022. URL: <https://aspenpublishing.com/products/mitten-sportslawgovernance4> (дата звернення: 21.10.2025).
30. Mirsafian H. Legal Duties and Legal Liabilities of Coaches toward Athletes. Physical Culture and Sport. Studies and Research. 2016. Vol. 69, No. 1. P. 5–14. DOI: 10.1515/pcssr-2016-0002.
31. Облакова О. В. Цивільно-правова відповідальність організаторів спортивних заходів за дії третіх осіб. Підприємництво, господарство і право. 2020. № 6. С. 50–55. URL: <http://pgp-journal.kiev.ua/archive/2020/6/11.pdf> (дата звернення: 21.10.2025).
32. Тіхонова М. А. Юридична відповідальність у сфері спорту. Правовий часопис Донбасу. 2018. № 3 (64). С. 55–60. DOI: 10.32366/2523-4269-2018-64-3-55-60. URL: <https://ljd.dnuvs.in.ua/wp-content/uploads/2022/01/8-tihonova.pdf> (дата звернення: 21.10.2025).
33. Про захист персональних даних : Закон України від 01.06.2010 № 2297-VI // База даних «Законодавство України». URL:

- <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2297-17#Text> (дата звернення: 21.10.2025).
34. UNESCO. International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport (2015). URL: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409> (дата звернення: 21.10.2025).
35. European Register of Exercise Professionals (EREPS). Code of Ethical Practice (офіц. PDF). URL: <https://www.ereps.eu/code-ethical-practice> (дата звернення: 21.10.2025).
36. Jiang S.-Y., Ma A., Ramachandran S. Negative Air Ions and Their Effects on Human Health and Air Quality Improvement. International Journal of Molecular Sciences. 2018. Vol. 19, No. 10. Art. 2966. DOI: 10.3390/ijms19102966. PMCID: PMC6213340; PMID: 30274196. URL: <https://www.mdpi.com/1422-0067/19/10/2966> (дата звернення: 01.11.2025).
37. International Organization for Standardization. ISO 31000:2018 Risk management — Guidelines. URL: <https://www.iso.org/standard/65694.html> (дата звернення: 21.10.2025).
38. Міністерство молоді та спорту України. Наказ № 1555 від 31.08.2023 «Про затвердження кваліфікаційних норм та вимог Єдиної спортивної класифікації України з неолімпійських видів спорту». Додаток (офіц. публікація, PDF). URL: https://moz.gov.ua/uploads/10/50406-dn_1555_31082023_dod.pdf (дата звернення: 21.10.2025).
39. Кодекс України про адміністративні правопорушення : Кодекс України від 07.12.1984 № 8073-X // База даних «Законодавство України». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/80731-10> (дата звернення: 01.11.2025).
40. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII // База даних «Законодавство України». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/2145-19> (дата звернення: 01.11.2025).

41. British Association of Sport and Exercise Sciences (BASES). BASES Code of Conduct (офіц. PDF). URL: https://www.bases.org.uk/imgs/bases_code_of_conduct812.pdf (дата звернення: 01.11.2025).
42. International Sports Sciences Association (ISSA). Certification Programs : офіційний сайт. URL: <https://www.issaonline.com/> (дата звернення: 01.11.2025).
43. American Council on Exercise (ACE). Health & Fitness Certifications : офіційний сайт. URL: <https://www.acefitness.org/> (дата звернення: 01.11.2025).
44. Total Fitness. Публічна оферта : офіційна сторінка. URL: <https://totalfitness.com.ua/publiczna-oferta/> (дата звернення: 01.11.2025).
45. APOLLO. Публічна оферта (договір надання послуг) : офіційна сторінка. URL: <https://apollo.online/oferta/> або <https://apollo.online/academy-oferta/> (дата звернення: 01.11.2025).
46. Sport Life. Загальні клубні правила / публічна оферта (офіц. публікації, PDF). URL: https://webcdn.sportlife.ua/clubs_rules_86943f0897.pdf; альтернативно: <https://webcdn.sportlife.ua/Public Offer Agreement 00ae2eaaab.pdf> (дата звернення: 01.11.2025).
47. IFBB // Вікіпедія: вільна енциклопедія. URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki/IFBB> (дата звернення: 01.11.2025).
48. Конституція України : Закон України від 28.06.1996 № 254к/96-ВР // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80> (дата звернення: 01.11.2025).
49. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 01.11.2025).

50. Кодекс України про адміністративні правопорушення : Кодекс України від 07.12.1984 № 8073-X // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10> (дата звернення: 01.11.2025).
51. Міністерство молоді та спорту України. Правила спортивних змагань: Бодібілдинг (IFBB/ФББУ). Київ, 2023. URL: https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla_zmagan/2023/%D0%91%D0%BE%D0%B4%D1%96%D0%B1%D1%96%D0%BB%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B3.pdf (дата звернення: 01.11.2025).
52. Міжнародна конвенція про боротьбу з допінгом у спорті : прийнята 19.10.2005 р. Генеральною конференцією ЮНЕСКО // Офіц. портал ЮНЕСКО. URL: <https://www.unesco.org/en/sport-convention> (дата звернення: 01.11.2025).
53. Кодекс законів про працю України : Кодекс України від 10.12.1971 № 322-VIII // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/322-08> (дата звернення: 02.11.2025).
54. Федерація бодібілдингу України. Статут Національної федерації бодібілдингу України (ФББУ). Київ, 2025. URL: <https://fbbu.com.ua/wp-content/uploads/2025/07/statut-2025.pdf> (дата звернення: 02.11.2025).
55. International Olympic Committee. IOC Code of Ethics. URL: <https://olympics.com/ioc/code-of-ethics> (дата звернення: 21.10.2025).
56. UK Coaching : офіційний сайт (етичні стандарти тренерства). URL: <https://www.ukcoaching.org/> (дата звернення: 02.11.2025).

ДОДАТКИ

Додаток А

Форма анкети для спортсмена (первинна)

Шановний респонденте!

Опитування відбувається, що оцінити рівень правової обізнаності бодібілдера під час тренувального та змагального етапу та визначити наявність договорів, процедур безпеки та частоту типових порушень у взаємодії з тренером.

Інструкція: позначте відповідь або впишіть власну. За потреби додайте короткі коментарі.

1. Ваш змагальний/тренувальний досвід у бодібілдингу: ☐ <1 року ☐ 1–3 роки ☐ 4–6 років ☐ 7–10 років ☐ 10+ років

2. Чи маєте Ви письмовий договір із тренером про надання послуг спортивної підготовки? ☐ Так ☐ Ні ☐ За запитом/ситуативно

3. Чи проводив тренер стартовий інструктаж із техніки безпеки та правил роботи з обладнанням? ☐ Так, повністю ☐ Частково ☐ Ні

4. Чи проходили Ви первинний медичний скринінг (PAR-Q) та/або надали медичний допуск перед початком підготовки? ☐ Так ☐ Ні

5. Чи підписували Ви інформовану згоду на фізичне навантаження/тренувальний процес? ☐ Так ☐ Ні

6. Оцініть зрозумілість пояснення ризиків та протипоказань перед стартом (1 – зовсім незрозуміло; 5 – дуже зрозуміло): ____/5

7. Чи були випадки неповернення коштів за непроведені тренування? ☐ Так (скільки разів: ____) ☐ Ні

8. Чи фіксувалися інциденти/травми під час тренувань і чи заповнювався відповідний журнал? ☐ Так, завжди ☐ Іноді ☐ Ні

9. Чи надавав тренер поради щодо харчування/добавок у межах власної компетенції та без призначення заборонених препаратів? ☐ Так ☐ Інколи виходив за межі ☐ Ні

10. Наскільки Ви розумієте свої права та обов'язки у взаємодії з тренером? (1–5): ____/5 Коментар: _____

Форма анкети для тренера (первинна)

Шановний респонденте!

Опитування відбувається, що оцінити рівень правової обізнаності тренера під час тренувального та змагального етапу підготовки спортсмена-бодібілдера та визначити наявність договорів, процедур безпеки та частоту типових порушень у взаємодії з тренером.

Інструкція: позначте відповідь або впишіть власну. За потреби додайте короткі коментарі.

1. Ваш стаж тренерської діяльності у бодібілдингу: ☐ <1 року ☐ 1–3 роки ☐ 4–6 років ☐ 7–10 років ☐ 10+ років

2. Форма взаємодії зі спортсменами: ☐ Письмовий індивідуальний договір ☐ Приєднання до правил/договору клубу ☐ Узгодження в листуванні ☐ Усно

3. Чи використовуєте Ви стартовий скринінг (PAR-Q) та вимагаєте медичні допуски/страхування? ☐ Завжди ☐ Іноді ☐ Ні

4. Чи підписуєте зі спортсменами інформовану згоду на тренувальний процес і/або змагальну підготовку? ☐ Так ☐ Ні

5. Наявність внутрішніх протоколів безпеки (базові інструктажі, перша допомога, порядок фіксації інцидентів): ☐ Так ☐ Частково ☐ Ні

6. Чи маєте політику щодо харчування/БАДів/фармакології (межі компетенції, відсилення до лікаря, нульова толерантність до допінгу)? ☐ Так ☐ Частково ☐ Ні

7. Чи передбачені у Ваших документах правила оплати, скасування, «заморозки», повернень? ☐ Так ☐ Частково ☐ Ні

8. Чи траплялися конфлікти щодо повернення коштів/якості послуги за останній рік? ☐ Так (вказіть кількість: ____) ☐ Ні

9. Оцініть власний рівень правової обізнаності щодо відповідальності тренера (1–5): ____/5

10. Чи готові Ви перейти на стандартизований письмовий договір і електронний документообіг? ☐ Так ☐ Скоріше так ☐ Скоріше ні ☐ Ні

*Додаток В***Форма анкети для спортсмена (повторний зріз)**

1. Чи маєте Ви підписаний типовий договір зі своїм тренером? ☐ Так, з датою ____ ☐ Ні
2. Чи проводили Вам оновлений стартовий інструктаж із безпеки та техніки? ☐ Так, повністю ☐ Частково ☐ Ні
3. Чи пройдено PAR-Q/медичний допуск/страхування відповідно до нових процедур? ☐ Так ☐ Ні
4. Оцініть зрозумілість договору (права/обов'язки, оплати, скасування, призові): ____/5
5. Оцініть якість інформованої згоди (ризика, протипоказання, межі відповідальності): ____/5
6. Чи фіксуються інциденти/травми в журналі та чи отримуєте Ви копії записів за потреби? ☐ Так, завжди ☐ Іноді ☐ Ні
7. Чи стало прозорішим повернення коштів/перенесення тренувань? ☐ Так ☐ Частково ☐ Ні ☐ Не було випадків
8. Чи зменшилися випадки сумнівних/неетичних рекомендацій щодо фармакології? ☐ Так ☐ Ні ☐ Не траплялися і раніше
9. Ваш рівень довіри до тренера після впровадження договору: ____/5
10. Чи плануєте надалі працювати лише на основі офіційного договору? ☐ Так ☐ Скоріше так ☐ Скоріше ні ☐ Ні

*Додаток Г***Форма анкети для тренера (повторний зріз)**

1. Чи плануєте надалі працювати лише на основі офіційного договору?
☐ Так ☐ Скоріше так ☐ Скоріше ні ☐ Ні
2. Чи інтегровано PAR-Q/медичні допуски в робочий процес? ☐ Так ☐ Частково ☐ Ні
3. Чи підвищилась якість стартового інструктажу та документування інцидентів? ☐ Так, суттєво ☐ Частково ☐ Без змін
4. Як часто зафіксовано конфлікти щодо оплати/повернень після впровадження договору? ☐ Зменшилось ☐ Без змін ☐ Зросло
5. Оцініть зручність фінансового регламенту (оплати, скасування, «заморозка», призові): ____/5
6. Чи зменшилась кількість звернень про «фарма»-поради без медичного супроводу? ☐ Так ☐ Ні ☐ Не було і раніше
7. Ваш рівень правової впевненості під час роботи після впровадження договору: ____/5
8. Чи плануєте автоматизувати договір/журнали/рахунки (CRM/електронний підпис)? ☐ Так ☐ Частково ☐ Ні
9. Чи потребуєте додаткового навчання з правових питань (договори, дані, допінг, безпека)? ☐ Так ☐ Ні
10. Ваші пропозиції щодо вдосконалення документів і процедур:

Додаток Д

ДОГОВІР № _____**про надання послуг спортивної підготовки з бодібілдінгу**

м. _____, «__» _____ 20__ р.

1. Загальні положення та сторони

1.1. Громадянин(ка) _____,
 РНОКПП/ІПН _____, адреса проживання:
 _____, телефон:
 _____, e-mail: _____, надалі —
 «Виконавець (Тренер)», з однієї сторони, та громадянин(ка)
 _____, РНОКПП/ІПН
 _____, дата народження «__» _____ 20__ р., адреса
 проживання: _____, телефон:
 _____, e-mail: _____, надалі — «Замовник
 (Спортсмен)», з іншої сторони, уклали цей договір про наступне.

2. Визначення термінів

- 2.1. «Послуги» — індивідуальні або малі групові тренування з бодібілдінгу, методичний супровід, планування підготовки до змагань за погодженим планом.
- 2.2. «Медичний допуск» — чинна довідка/сертифікат лікаря про відсутність протипоказань до занять (для неповнолітніх — із згодою законних представників).
- 2.3. «Інформована згода» — письмове волевиявлення Замовника про участь у тренувальному процесі з підтвердженням розуміння можливих ризиків.
- 2.4. «Скринінг» — первинна оцінка стану здоров'я (анкета PAR-Q або аналог), збір анамнезу та базові функціональні тести.
- 2.5. «Пакет послуг» — заздалегідь визначена кількість тренувань із встановленою вартістю та строком дії.

2.6. «Заморозка» — тимчасове призупинення строку дії пакета послуг на узгоджений період згідно з правилами цього договору.

2.7. «Інцидент» — травма, гостре погіршення самопочуття або інша подія під час тренування/змагання, що потребує фіксації.

3. Предмет договору

3.1. Виконавець надає Замовнику послуги спортивної підготовки з бодібілдингу, а Замовник приймає і оплачує їх на умовах цього договору.

3.2. Формат: персональні тренування тривалістю _____ хвилин, періодичністю _____ раз(и) на тиждень. Місце проведення: _____.

3.3. Для підготовки до змагань сторони погоджують план макро-/мезо-/мікроциклів (Додаток А).

4. Безпека, скринінг та медичні допуски

4.1. До початку підготовки Замовник надає: (а) медичний допуск; (б) заповнену анкету скринінгу (PAR-Q/еквівалент); (в) інформовану згоду (Додаток В).

4.2. За відсутності допуску/згоди заняття не проводяться; оплата регулюється правилами скасування (розд. 7).

4.3. Замовник зобов'язується своєчасно повідомляти про стан здоров'я, прийом ліків, вагітність, менструальний цикл, інші фактори, що впливають на навантаження.

4.4. Виконавець дотримується стандарту обачності відповідно до професійних настанов (орієнтири ACSM/NSCA), внутрішніх протоколів залу та законодавства України.

5. Розмежування компетенцій

5.1. Виконавець відповідає за розробку тренувальної програми та контроль техніки виконання вправ.

5.2. Харчування: Виконавець може надавати загальні рекомендації (калорійність, КБЖВ, режим харчування) у межах фітнес-консультування. Медична дієтотерапія — виключно лікарем-дієтологом/ендокринологом.

5.3. Фармакологія/допінг: Виконавець не надає порад щодо застосування допінгових засобів/речовин, не призначає рецептурні препарати й БАДи з фармакологічною дією. Будь-які питання фармакотерапії — тільки за письмовим медичним скеруванням (Додаток Г).

5.4. Антидопінг: Замовник підтверджує ознайомлення з правилами WADA/НАДЦУ (Додаток Д). Порушення антидопінгових правил може стати підставою для припинення підготовки без повернення коштів за вже надані послуги.

6. Права та обов'язки сторін

6.1. Виконавець: (а) надає послуги у погоджений час; (б) веде облік відвідувань та інцидентів (Журнал/Акт — Додаток Е); (в) інструктує з техніки безпеки; (г) може відмовити у тренуванні при ознаках поганого самопочуття Замовника.

6.2. Замовник: (а) вчасно сплачує послуги; (б) дотримується правил залу; (в) негайно повідомляє про біль/травми/нездужання; (г) оформлює страхування (за бажанням або вимогами змагань).

7. Вартість, оплата, скасування, повернення, заморозка

7.1. Вартість одного персонального тренування (___ хв): _____ грн. Пакет ___ занять: _____ грн. Строк дії пакета: ___ днів з дати першого візиту (деталі — Додаток Ж).

7.2. Оплата: 100% авансом готівкою/безготівково; валюта — гривня.

7.3. Скасування: повідомлення не пізніше ніж за _____ годин — без списання; менше _____ годин або неявка — 100% списання заняття/вартості.

7.4. Запізнення Замовника понад _____ хвилин скорочує тривалість заняття без компенсації.

7.5. Повернення коштів: можливе лише за ненадані послуги на підставі письмової заяви протягом ____ днів; утримується адміністративний збір у розмірі ____%.

7.6. Заморозка: 1 раз/місяць до ____ календарних днів за письмовою заявою не пізніше ніж за ____ годин до початку періоду; строк дії пакета продовжується на період заморозки.

7.7. Перенесення занять: не більше ____ разів/місяць за взаємною згодою в робочі години Виконавця.

7.8. Відміна з ініціативи Виконавця з технічних/медичних/форс-мажорних причин — заняття переносяться або кошти повертаються пропорційно.

8. Додаткові витрати та змагальні питання

8.1. Окремо оплачуються Замовником: (а) медичні скринінги/аналізи/допуски; (б) реєстраційні внески/ліцензії федерацій; (в) подання заявок; (г) грим/загар, сценічний образ, позинг-класи; (д) проїзд/проживання/добові на турнір (за домовленістю); (е) антидопінгові тестування (за потреби).

8.2. У разі подання заявок Виконавцем Замовник надає документи та аванс-бюджет у сумі _____ грн до «____» _____ 20____ р.

8.3. Використання фото/відео для технічного аналізу — за згодою; комерційне використання — за окремою угодою (розд. 12).

9. Винагорода за призові місця

9.1. У разі здобуття призового місця на офіційному турнірі додаткова винагорода Виконавцю становить: 1 місце — ____%; 2 місце — ____%; 3 місце — ____%; фінал (Тор-6) — ____% від отриманих Замовником призових/гонорарів/спонсорських виплат.

9.2. Виплата здійснюється протягом ____ банківських днів з дати отримання коштів Замовником на підставі Акта (Додаток 3).

9.3. У разі речових призів сторони узгоджують грошовий еквівалент у сумі _____ грн.

10. Матеріальна відповідальність та інциденти

10.1. Замовник відшкодовує шкоду за умисне/необережне пошкодження майна залу/Виконавця у фактичному розмірі (на підставі Акта).

10.2. Виконавець не несе відповідальності за шкоду, спричинену прихованими станами здоров'я або недостовірною інформацією Замовника.

10.3. Порядок дій при інциденті: припинення вправ; первинна допомога в межах компетенції; виклик медслужби (за потреби); фіксація в Журналі/Акті інциденту з підписами сторін (Додаток Е).

10.4. Замовник підтверджує розуміння загальних ризиків силових тренувань та приймає їх у межах інформованої згоди.

11. Персональні дані та конфіденційність

11.1. Замовник надає згоду на обробку персональних даних згідно із Законом України «Про захист персональних даних» виключно для надання послуг, бухгалтерського обліку та комунікації.

11.2. Медична інформація зберігається конфіденційно та передається третім особам лише за законом або з письмової згоди Замовника.

11.3. Програми підготовки та методичні матеріали є інтелектуальною власністю Виконавця.

12. Рекламні матеріали та публічні згадки

12.1. Фото/відео з тренувань можуть використовуватися Виконавцем у портфоліо/соцмережах лише за письмовою згодою Замовника (чек-бокс у Додатку В).

12.2. Комерційне використання образу Замовника в рекламі — виключно за окремою угодою.

13. Форс-мажор

13.1. Сторони звільняються від відповідальності за невиконання зобов'язань унаслідок надзвичайних і невідворотних обставин (воєнні дії, мобілізація, епідемії, блекаути, заборони органів влади, пожежі тощо), підтверджених документально.

13.2. Строк виконання зобов'язань відсувається на час дії форс-мажору; попередня оплата переноситься або повертається пропорційно невикористаним послугам.

14. Строк дії, зміни та розірвання

14.1. Договір набирає чинності з дати підписання і діє до «___» _____ 20___ р., а в частині взаєморозрахунків — до повного виконання.

14.2. Дострокове розірвання: за ініціативою будь-якої сторони з письмовим попередженням за ___ календарних днів; взаєморозрахунки — за правилами розд. 7.

14.3. Зміни оформлюються додатковими угодами в письмовій/електронній формі.

15. Врегулювання спорів та застосовне право

15.1. Спори вирішуються шляхом переговорів або медіації. У разі недосягнення згоди спір розглядається у суді за місцезнаходженням Виконавця/за домовленістю сторін.

15.2. Застосовується законодавство України: Цивільний кодекс України, Закон України «Про захист прав споживачів», Закон України «Про фізичну культуру і спорт», настанови антидопінгового законодавства.

16. Повідомлення та комунікація

16.1. Офіційні повідомлення надсилаються на електронні адреси/месенджери, вказані сторонами, і вважаються отриманими у день відправлення, якщо не доведено інше.

16.2. Зміни контактів повідомляються протягом 3 (трьох) робочих днів.

17. Реквізити та підписи сторін

Виконавець (Тренер): _____

РНОКПП/ПН: _____

ІВАН/рахунок: _____

Адреса: _____

Телефон/e-mail: _____

Підпис: _____ «___» _____ 20__ р.

Замовник (Спортсмен): _____

РНОКПП/ІПН: _____ Документ, що посвідчує особу:

Адреса: _____

Телефон/е-mail: _____

Підпис: _____ «___» _____ 20__ р.

ДОДАТКИ ДО ДОГОВОРУ

Додаток А. План підготовки (заповнюється сторонами)

Турнір(и): _____

Категорія(ї): _____

Період підготовки: з «___» _____ 20__ р. до «___» _____
20__ р.

Макроцикл: _____

Мезоцикли: _____

Мікроцикли/щотижневий розклад: _____

Контрольні тести/фотоформа: _____

Підписи сторін: Виконавець _____ Замовник _____ Дата
«___» _____ 20__ р.

Додаток В. Інформована згода та чек-лист згод

Я, _____, підтверджую, що
поінформований(а) про характер силових тренувань, потенційні ризики
(розтягнення, забої, загострення хронічних станів тощо) і погоджуюся на
участь у тренувальному процесі.

Медичні стани/ліки (за наявності): _____

Згода на обробку персональних даних: ☐ Так ☐ Ні

Згода на фото/відеофіксацію в навчальних цілях: ☐ Так ☐ Ні

Згода на публікацію фото/відео в соцмережах Виконавця: ☐ Так ☐ Ні (за наявності окремої згоди)

Підпис Замовника: _____ Дата «__»
_____ 20__ р.

Підпис Виконавця: _____ Дата «__»
_____ 20__ р.

Додаток Г. Медичне скерування/медичні допуски/анкета PAR-Q

Лікар (ПІБ/заклад): _____

Висновок: протипоказання ☐ відсутні ☐ наявні (опис):

Строк дії допуску до: «__» _____ 20__ р.

PAR-Q (відмітити): біль у грудях ☐ Так/☐ Ні; запаморочення ☐ Так/☐ Ні;
проблеми з суглобами ☐ Так/☐ Ні; інше: _____.

Підпис лікаря/штамп (за наявності): _____

Додаток Д. Підтвердження ознайомлення з антидопінговими правилами

Підтверджую, що ознайомлений(а) з чинними антидопінговими правилами WADA/НАДЦУ, у т.ч. забороненим списком, процедурами TUE й наслідками порушень.

Посилання на матеріали/брошури (за потреби): _____

Підпис Замовника: _____ Дата «__» _____ 20__ р.

Додаток Е. Форма акта/журналу інцидентів

Дата/час: _____

Місце: _____

Опис події: _____

Надана допомога/подальші дії: _____

Свідки (ПІБ/контакти): _____

Підписи: Виконавець _____ Замовник _____ Дата _____

Додаток Ж. Прайс-лист, пакети та політики

Окреме тренування (___ хв): _____ грн.

Пакет ___ занять: _____ грн; строк дії: ___ днів; можливе перенесення: ___ разів/міс.

Політика скасувань: повідомлення за ___ годин; несвоєчасне повідомлення/неявка — 100% списання.

Повернення коштів: за ненадані послуги; адміністративний збір ___%. Строк розгляду заяви: ___ днів.

Заморозка пакета: до ___ календарних днів 1 раз/міс за письмовою заявою не пізніше ніж за ___ годин.

Реквізити для оплати: IBAN _____;
призначення платежу: _____.

Додаток З. Акт нарахування винагороди за призові місця

Турнір: _____

Категорія: _____ Дата: «___» _____ 20___ р.

Місце, зайняте Замовником: _____. Призові/гонорар: _____ грн.

Розмір винагороди Виконавцю: ___% = _____ грн. Строк виплати до «___» _____ 20___ р.

Підписи: Виконавець _____ Замовник _____

Додаток Е

Інформована добровільна згода на участь у тренувальному/змагальному процесі

1. Я, _____ (ПІБ), підтверджую, що отримав(ла) зрозумілу інформацію про мету, зміст і ризики тренувального процесу у бодибілдінгу, включно з можливими м'язово-скелетними та кардіоваскулярними навантаженнями.
2. Мені повідомлено про необхідність первинного скринінгу здоров'я (PAR-Q), надання медичного допуску/страхування та негайне інформування тренера про зміни стану здоров'я.
3. Я ознайомлений(а) з правилами безпеки, технікою виконання вправ та порядком використання обладнання; зобов'язуюсь дотримуватись рекомендацій тренера.
4. Мені відомо про політику клубу/тренера щодо харчування/добавок та заборону будь-яких допінгових препаратів без медичного призначення.
5. Я поінформований(а) про порядок фіксації інцидентів/травм у журналі та можливість доступу до записів, що стосуються мене.
6. Мені відомі умови оплати, скасування, «заморозки», повернень та, за наявності, порядок розподілу призових виплат.
7. Погоджуюсь на добросовісну обробку персональних і чутливих даних для цілей надання тренерських послуг відповідно до законодавства про захист даних.
8. Підтверджую, що маю право відмовитися або припинити участь у будь-який момент, попередивши тренера/клуб.

Підпис спортсмена: _____ Дата: «___» _____ 20__ р.

Підпис тренера: _____ Дата: «___» _____ 20__ р.