

	Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка Факультет фізичної культури Кафедра спорту і спортивних ігор Силабус вибіркового освітнього компонента «Теоретико-методичні засади фізичного розвитку та самовдосконалення»		
Галузь знань:	01 Освіта / Педагогіка		
Спеціальність:	А7 Фізична культура і спорт, А4 Середня освіта (Фізична культура)		
Освітньо-професійна програма:	Тренер з видів спорту, Середня освіта (Фізична культура)		
Рівень вищої освіти:	другий (магістерський)		
Статус дисципліни:	вибіркового освітнього компонента		
Мова викладання:	українська		
Науково-педагогічні працівники:		ПІБ:	Зубаль Майя Вікторівна
		Посада:	доцент кафедри спорту і спортивних ігор
		Вчений ступінь:	кандидат наук з фізичного виховання та спорту
		Телефон:	067-787-5423
		E-mail:	zubal@kpnu.edu.ua
		Робоче місце:	Аудиторія кафедри спорту і спортивних ігор
		Профайл викладача:	https://sportkaf.kpnu.edu.ua/zubal-maiia-viktorivna/
		ПІБ:	Петрова Юлія Миколаївна
		Посада:	викладач кафедри спорту і спортивних ігор
		Вчений ступінь:	
		Телефон:	097-789-91-41
		E-mail:	ypetrova@kpnu.edu.ua
		Робоче місце:	Аудиторія кафедри спорту і спортивних ігор
		Профайл викладача:	https://sportkaf.kpnu.edu.ua/petrova-iuliia-mykolaivna/
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=25203		
Консультації	Зубаль М. В.	Понеділок – 14.20.-16.00. Четвер – 14.20.-16.00.	Аудиторія 222 (а) (методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор)
	Петрова Ю. М.	Середа – 14.20.-16.00. Четвер – 14.20.-16.00.	Аудиторія 222 (а) (методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор)
Анотація до курсу	Вибірковий освітній компонент «Теоретико-методичні засади фізичного розвитку та самовдосконалення» для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня спеціальностей А7 Фізична культура і спорт, А4 Середня освіта (Фізична культура), у першу чергу, спрямований на загальну та професійну підготовку конкурентоздатного фахівця, який володіє засобами фізичного розвитку та самовдосконалення у професійній діяльності. Освітній компонент передбачає вивчення 10-ти тем, які розглядатимуться на лекційних та практичних заняттях: 1. Вступ до дисципліни. Принципи фізичного розвитку та самовдосконалення у професійній діяльності. 2. Теоретичні основи побудови процесу фізичного розвитку та самовдосконалення у професійній діяльності. 3. Теоретичні основи удосконалення комунікації у професійній діяльності. 4. Моніторинг фізичного здоров'я та порівняння показників динаміки. 5. Корекція фізичного розвитку та оцінка динаміки. 6. Методика самовиховання особистості. Загальна характеристика методів самовиховання 7. Формування особистості в процесі фізичного виховання та заняття спортом. 8. Підвищення кваліфікації як форма самовдосконалення у професійній діяльності. 9. Індивідуальні програми розвитку фізичних здібностей особистості та методика їх розробки. 10. Сучасні види фізичної активності та їх значення для особистісного й професійного розвитку.		
Мета та цілі курсу	Полягають у формуванні загальних та спеціальних (фахових, предметних) компетентностей, програмних результатів навчання у майбутніх фахівців, опанування ними теоретичних основ і		

	практичних умінь розвитку функціональних систем організму та рухових здібностей з метою самовдосконалення фахівців у сфері фізичного виховання, культури та спорту.
Методи навчання	У процесі викладання освітнього компонента використовуються наступні методи навчання: лекція, пояснення, бесіда, дискусія; методи демонстрації презентаційних матеріалів; методи проблемно-пошукового характеру; доповіді, мотиваційні завдання, самостійна і групова робота студентів; методи дистанційного навчання (робота у системі Moodle).
Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний).
Результати навчання	За результатами вивчення вибіркового освітнього компонента «Теоретико-методичні засади фізичного розвитку та самовдосконалення» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання: <i>Спеціальність А7 Фізична культура і спорт</i> - ПРН 01 Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати, проблеми у галузі та на межі галузей знань. - ПРН 02 Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби. - ПРН 04 Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються. <i>Спеціальність А4 Середня освіта (Фізична культура)</i> - ПРН 13 Виявляє навички командної роботи, вміння рівноправно діяти і взаємодіяти з дітьми під час проведення різних форм фізичної культури, створюючи можливості для самореалізації кожного учасника (творення власних цілей, рефлексія, самоконтроль); - ПРН 20 Аналізує можливості особистого професійного розвитку, визначає оптимальні зміст і форми, критерії досягнутих результатів, планує подальші дії з такого розвитку; набуває нових знань, умінь і навичок професійної діяльності, у тому числі взаємодію з іншими вчителями на засадах партнерства, підтримки та долученням до діяльності професійних спільнот; - ПРН 21 Визначає сильні та слабкі сторони власної педагогічної діяльності, відповідність професійних компетентностей чинним вимогам, а також шляхи і способи усунення існуючих недоліків в організації, формування, реалізації змісту фізичної культури для досягнення її мети. <i>Завдання курсу:</i> - сформувати у здобувачів вищої освіти спеціальностей А7 Фізична культура і спорт, А4 Середня освіта (Фізична культура) загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності, які визначені освітньо-професійними програмами «Тренер з видів спорту», «Середня освіта (Фізична культура)», розвинути соціальні навички (soft skills); - опанувати навчальний матеріал освітнього компонента на відповідному рівні.
Компетентності:	За результатами вивчення вибіркового освітнього компонента «Теоретико-методичні засади фізичного розвитку та самовдосконалення» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності. <i>Спеціальність А7 Фізична культура і спорт</i> Загальні компетентності: - ЗК 01 Здатність діяти соціально відповідально та свідомо; - ЗК 02 Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел; - ЗК 04 Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми; - ЗК 05 Здатність генерувати нові ідеї (креативність). - ЗК 07 Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети. Спеціальні (фахові, предметні) компетентності: - СК 01 Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень. - СК 06 Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту. - СК 11 Здатність керувати власним фізичним і психічним станом з метою підвищення результативності тренерської діяльності. <i>Спеціальність А4 Середня освіта (Фізична культура)</i> Загальні компетентності: - ЗК 02 Здатність здійснювати міжособистісну взаємодію з представниками інших професійних груп різного рівня у вирішенні актуальних завдань фізичної культури дітей (соціальна); - ЗК 05 Здатність під час роботи в команді приймати ефективні управлінські рішення, мотивувати людей досягати визначеної мети (лідерська). Спеціальні (фахові) компетентності спеціальності: - СК 06 Здатність визначати і враховувати під час реалізації різних форм фізичної культури психофізіологічні особливості дітей для посилення мотивації, формування позитивної самооцінки, я-ідентичності, ціннісного ставлення до власного здоров'я, здорового способу життя (психологічна); - СК 15 Здатність виокремлювати напрями, завдання і способи їх вирішення, що пов'язані з професійним розвитком фахівця, шляхом набуття нових знань, умінь і навичок (здатність до самоосвіти впродовж життя);

	- СК 16 Здатність критично оцінювати власну професійну діяльність та визначати шляхи, способи усунення наявних недоліків в організації, формуванні та реалізації змісту фізичної культури дітей у закладі загальної середньої освіти (рефлексивна). <i>Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування.</i> Згідно з Національним класифікатором України (Класифікатор професій ДК 003:2010) випускники, які здобули вищу освіту за освітньо-професійною програмою, можуть обіймати первинну посаду: <i>A7 Фізична культура і спорт</i> 1229.6 – Керівники підрозділів у сфері культури, відпочинку та спорту; 1143.4 – Виконавчий директор федерації виду спорту; 22831 – Інструктор з фізичної культури; 22856 – Інструктор навчально-тренувального пункту; 22769 – Інструктор-методист спортивної школи; 3475 – Інструктор-методист тренажерного комплексу (залу); 3475 – Тренер з виду спорту (федерації, збірної чи клубної команди, спортивної школи та ін.); 3475 – Тренер-викладач з виду спорту (спортивної школи, секції та ін.); 23478 – Методист з фізичної культури; 1143.4 – Державний тренер з виду спорту (збірної); 2310.2 – Викладач закладу вищої освіти. <i>A4 Середня освіта (Фізична культура)</i> 2320 – Вчитель фізичної культури закладу загальної середньої освіти; 2351.2 – Методист з фізичної культури; 3475 – Інструктор-методист з фізичної культури та спорту; 1229.6 – Керівник фізичного виховання; 3414 – Фахівець із організації дозвілля.		
Пререквізити	Завдяки вивченню обов'язкових освітніх компонентів професійної підготовки, а саме «Підвищення спортивної майстерності», «Метрологічний контроль у фізичній культурі і спорті», «Система підготовки спортсменів» (спеціальність А7 Фізична культура і спорт), «Методологічні основи викладання та інноваційні технології у фізичному вихованні», «Педагогічний контроль і тестування у фізичній культурі» (спеціальність А4 Середня освіта (Фізична культура)), формується основа базових та спеціальних знань спортивної підготовки, фізичної активності та фізичного виховання, методів та засобів організації навчального, навчально-тренувального процесу, інноваційних технологій у фізичному вихованні, культурі та спорті.		
Пореквізити	Набуті теоретичні знання, практичні вміння та навички з освітнього компонента «Теоретико-методичні засади фізичного розвитку та самовдосконалення» можуть бути використані під час вивчення таких освітніх компонентів як: «Підвищення спортивної майстерності», «Виробнича практика в ДЮСШ групах спеціалізованої підготовки», «Виробнича педагогічна асистентська практика», «Кваліфікаційна робота», «Виробнича педагогічна практика в закладах освіти».		
Обсяг і ознаки курсу	Характеристика навчального курсу		
	Найменування показників	денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
	Рік навчання/рік викладання	1	1
	Семестр вивчення	2	2
	Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки / вибірковий освітній компонент	Вибірковий освітній компонент	
	Кількість кредитів ЄКТС	3 кредити	3 кредити
	Загальний обсяг годин	90 годин	90 годин
	Кількість годин навчальних занять	24 годин	12 годин
	Лекційні заняття	12 годин	4 години
	Практичні заняття	12 години	8 годин
	Семінарські заняття	-	-
	Лабораторні заняття	-	-
	Самостійна та індивідуальна робота	66 годин	78 години
	Форма підсумкового контролю	залік	залік
Технічне й програмне забезпечення /обладнання	Мультимедійна лекційна аудиторія (105), мультимедійний проєктор VIEWSONIC PJ5253 DLP (2017 р.), екран для проєктора; навчальна аудиторія обчислювальної техніки № 17, ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet, дидактичні матеріали.		
Політики курсу	<i>Умови визначення успішного засвоєння освітнього компонента «Теоретико-методичні засади фізичного розвитку та самовдосконалення»:</i> - кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання; - критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання		

	освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету; - здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не пересклав оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт; - здобувач вищої освіти, який не має академічної заборгованості за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумкової формою контролю за яким встановлено залік/диференційованих залік, отримує підсумкову рейтингову оцінку, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компоненту; - здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компоненту, підсумкової формою контролю за яким встановлено залік/диференційований залік отримує оцінку F за шкалою ЄКТС та «не зараховано»/«незадовільно» за національною шкалою; - здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами підсумкового контролю з освітнього компоненту у формі заліку/диференційованого заліку зобов'язаний ліквідувати її в терміни, визначені графіком ліквідації академічної заборгованості; - ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету; - відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідовує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності; - за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють. <i>Академічна доброчесність.</i> Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикавання джерел списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної не доброчесності. Виявлення ознак академічної не доброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її не зарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. «Кодекс академічної доброчесності Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» (https://tinyurl.com/yy5aw492). «Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними, науковими працівниками та здобувачами вищої освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» (https://tinyurl.com/yae73h73). Відвідування занять. Відповідно до пункту 9.2 «Правил внутрішнього розпорядку К-ПНУ імені Івана Огієнка» (https://tinyurl.com/4tfmzkfb). Здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка», виконувати усі види робіт, які передбачені робочою програмою практики, щоденно відвідувати заклад вищої освіти; вчасно інформувати деканат про неможливість пройти практику, взяти участь у звітній конференції, тощо через поважні причини; подати підтверджувальні документи, що засвідчують поважну причину, ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни (https://tinyurl.com/2jxk72w2). <i>Література.</i> Уся література, яку здобувачі вищої освіти не можуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих. <i>Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.</i> У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно з Порядком визнання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти (нова редакції) (http://surl.li/idvnd) зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю): - закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю); - підготовка конкурсної наукової роботи; - призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт; - призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді.		
Схема курсу	Денна форма здобуття вищої освіти		
		а	Кількість годин у тому числі

	Назви змістових модулів і тем		лекційні заняття	практичні	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
	Змістовий модуль 1							
	Разом за змістовим модулем 1	90	10	20	-	-	60	-
	Разом годин	90	10	20	-	-	60	-
	Заочна форма здобуття вищої освіти							
		Кількість годин						
	Назви змістових модулів і тем	разом	у тому числі					
			лекційні заняття	практичні	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
	Разом за змістовим модулем 1	90	4	8	-	-	78	-
	Разом годин	90	4	8	-	-	78	-
Форми та методи оцінювання	Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний – 12-ти. Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти у процесі вивчення освітнього компонента «Теоретико-методичні засади фізичного розвитку та самовдосконалення» здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, творчі завдання, тестування із використанням технологій дистанційного навчання, оцінювання МКР, залік.							
Критерії оцінювання	Рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти під час навчальних занять З урахуванням того, що навчальні досягнення учнів закладів загальної середньої освіти оцінюються за 12-бальною шкалою та з метою полегшення процесу адаптації випускників цих закладів до умов навчання у закладі вищої освіти, максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти на навчальних заняттях дорівнює 12-ти балам (http://surl.li/hwbc). Примітка: здобувачу вищої освіти, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до практичних, семінарських, лабораторних занять, в журналі академічної групи ставиться 0 балів. Рейтингова оцінка у балах знань, умінь і навичок здобувача вищої освіти на навчальних заняттях зі змістового модуля обчислюється після проведення цих занять та ліквідації ним поточної заборгованості, пов'язаної з пропусками занять, непередбаченою або недостатньою підготовленістю до них за такою формулою: $R = ((0,05 \times CO) + 0,4) \times ВБ$ де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль; CO – середнє арифметичне усіх отриманих оцінок за результатами поточного контролю; ВБ – ваговий бал, максимально можливий бал оцінювання результатів навчальної діяльності здобувачів вищої освіти. Наприклад: Відповідно до робочої програми освітнього компонента «Теоретико-методичні засади фізичного розвитку та самовдосконалення» здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю зі змістового модуля 1 отримав 10 оцінок, а саме: 8, 8, 9, 9, 8, 9, 10, 10, 10, 11. Ваговий бал ЗМ 1 складає 60 балів. Дії НПП, або здобувача: - визначити середнє арифметичне отриманих оцінок, яке відповідно складе, наприклад, 9,2 балів; - отримані значення підставити у формулу: $R = ((0,05 \times 9,2) + 0,4) \times 60 = 51,6$ Отже, за результатами поточного контролю здобувач вищої освіти за змістовий модуль 1 ОК «Теоретико-методичні засади фізичного розвитку та самовдосконалення» отримав 52 бали.							
	Поточний і модульний контроль (100 балів)						Сума	
	Поточний контроль		МКР				100 балів	
	60 балів		40 балів					
	Оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти							
	Об'єм пройденого матеріалу					Бали що нарах. за 12-бальною системою оцінювання		

	1. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання – теми 1, 2, 3 «Вступ до дисципліни. Принципи фізичного розвитку та самовдосконалення у професійній діяльності», «Теоретичні основи побудови процесу фізичного розвитку та самовдосконалення у професійній діяльності»; «Теоретичні основи удосконалення комунікації у професійній діяльності».	4-12
	2. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання – теми 4, 5 «Моніторинг фізичного здоров'я та порівняння показників динаміки»; «Корекція фізичного розвитку та оцінка динаміки».	4-12
	3. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання творчих завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять з тем «Вступ до дисципліни. Принципи фізичного розвитку та самовдосконалення у професійній діяльності», «Теоретичні основи побудови процесу фізичного розвитку та самовдосконалення у професійній діяльності»; «Теоретичні основи удосконалення комунікації у професійній діяльності».	4-12
	4. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання творчих завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять з тем «Моніторинг фізичного здоров'я та порівняння показників динаміки»; «Корекція фізичного розвитку та оцінка динаміки».	4-12
	5. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання творчих завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять з тем «Методика самовиховання особистості. Загальна характеристика методів самовиховання», «Формування особистості в процесі фізичного виховання та заняття спортом».	4-12
	6. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання творчих завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичного заняття з тем «Підвищення кваліфікації як форма самовдосконалення у професійній діяльності», «Індивідуальні програми розвитку фізичних здібностей особистості та методика їх розробки».	4-12
	7. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання творчих завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичного заняття з теми «Сучасні види фізичної активності та їх значення для особистісного й професійного розвитку».	4-12
Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	Основна 1. Воловик Н. І. Навчальний посібник «Сучасні програми оздоровчого фітнесу» для студентів вищих педагогічних навчальних закладів. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. 48 с. 2. Грищенко С. В. Самовдосконалення особистості: монографія. Під науковою редакцією: Курлянд З. Н., Бужиної І. В. Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2019. 188 с. 3. Карабанов С., Осіпов В. Аналіз сучасних проблем та перспектив розвитку фізичної культури та спорту для дорослого населення в Україні та країнах Європи. Physical Culture and Sport: Scientific Perspective. 2023. № 1. С. 90-97. 4. Моніторинг фізичного стану: навч.-метод. посібник / уклад. Лясота Т.І., Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2018. 136 с. 5. Теоретичні та методичні основи розвитку комунікативної компетентності майбутніх фахівців сфери обслуговування : навчально-методичний посібник / авт. : Г. С. Дегтярьова, Л. А. Руденко. Київ : Педагогічна думка, 2010. 192 с. 6. Тулайдан В. Г., Тулайдан Ю. Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів, «Фест-Прінт». 2017. 179 с. 7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 ч. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2004. Ч. 1. 272 с.; Ч. 2. 248 с. Допоміжна 1. Ананьєва Б. Г. Педагогічне керівництво процесом фізичного самовдосконалення студентів. Секція 1. Актуальні проблеми розвитку освіти в сфері туризму, 2022. С. 145-150. 2. Вітрук А. Етичний шлях самовдосконалення особистості. Філософські та культурологічні проблеми людства очима студентства. Київ. 2020. С. 242-251. 3. Дубогай О. Д., Мозолєв О. М., Сичов С. О.. Фізичне самовдосконалення студентів педагогічних спеціальностей в умовах закладу вищої освіти. Секція 1. Актуальні проблеми розвитку освіти в сфері туризму, 2023. С. 242. 4. Мішин С. В., Арапов О. В. Інтенсифікація розвитку "Я-концепції" як умови професійного самовдосконалення майбутнього фахівця з фізичного виховання. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2020. Вип. 3К (123). С. 251-255	

	5. Хомяк Г. Г. Єдність і відповідності фізкультурно-спортивних та професійних аспектів діяльності майбутнього вчителя фізичної культури. BASICS OF LEARNING THE LATEST THEORIES AND METHODS. 2023. № 9 С. 293. 6. Чиженок Т. М., Коваленко Ю. О. Теорія і методика фізичного виховання (загальні основи): для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальностей 017 «Фізична культура і спорт», 014 «Середня освіта (фізична культура)», 227 «Фізична терапія, ерготерапія» освітньо-професійних програм «Фізичне виховання», «Спорт», «Фітнес та рекреація», «Середня освіта (фізична культура)», «Фізична терапія, ерготерапія». Запоріжжя : ЗНУ, 2021. 94 с. 7. Шинкарьова О. Д. Рухова активність як засіб фізичного самовдосконалення здобувачів вищої освіти. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка : Педагогічні науки. 2021. № 6 (344), жовтень. Ч. 2. С. 209-219.
Локація	Згідно з розкладом https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/