

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Юго-Западный государственный университет»  
(ЮЗГУ)

Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе  
О.Г. Локтионова  
2022 г.



**АКМЕОЛОГИЯ СПОРТА**

Методические рекомендации  
для самостоятельной работы студентов  
направления подготовки 49.04.01

Курск 2022

УДК 784

Составитель: Т.В. Скобликова

Рецензент

Кандидат педагогических наук, профессор *А.А. Хвастунов*

**Акмеология спорта** : методические рекомендации для самостоятельной работы / Юго-Зап. гос. ун-т; сост.: Т.В. Скобликова. – Курск, 2022. – 19 с.: Библиогр.: с. 17.

Содержит основные направления научных исследований в области акмеологии спорта, а также задания для закрепления материала по курсу дисциплины «Акмеология спорта».

Предназначены для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.04.01 заочной формы обучения.

Текст печатается в авторской редакции

Подписано в печать      Формат 60x84 1/16.  
Усл. печ. л. 1,10. Уч.-изд. л. 1,0.  
Тираж 100 экз. Заказ *2/45* Бесплатно.  
Юго-Западный государственный университет.  
305040, г. Курск, ул. 50 лет Октября, 94.

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение .....	4
Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	10
Вопросы для самопроверки .....	15
Библиографический список.....	17

## **ВВЕДЕНИЕ**

### **Самостоятельная работа студентов**

В высшей школе студент должен, прежде всего, сформировать потребность в знаниях и научиться учиться, приобрести навыки самостоятельной работы, необходимые для непрерывного самосовершенствования, развития профессиональных и интеллектуальных способностей.

Если с первых дней студент не приучит себя к ежедневной самостоятельной учебе, то пропущенное время будет потеряно безвозвратно. Опыт показывает, что это приводит не только к снижению качества работы студента, но нередко является причиной серьезных срывов в учебе, ведущих подчас к отчислению из вуза.

Многочисленные исследования бюджета времени студентов показывают, что для овладения всеми дисциплинами, изучаемыми в течение семестра, студенту необходимо самостоятельно заниматься 4-5 часов ежедневно, кроме выходных дней. Особенно важно выработать свой собственный, с учетом индивидуальных особенностей, стиль в работе, установить равномерный ритм на весь семестр. Под ритмом понимается ежедневная работа приблизительно в одни и те же часы, при целесообразности чередования ее с перерывами для отдыха.

Вначале для того, чтобы организовать ритмичную работу, требуется сознательное напряжение воли, самопринуждение. Однако со временем принуждение постепенно будет ослабевать, возникнет привычка и установленный режим превратится в потребность. Правильно организованный, разумный режим работы обеспечит высокую эффективность без существенных перегрузок.

Основной целью курса является формирование у обучающихся комплексного представления о путях достижения вершин профессиональной деятельности в соответствии с профильной направленностью в области физической культуры, спорта и образования, показать в современном аспекте состояние и наиболее актуальную проблематику физической культуры и спорта как многоаспектных объектов достижения вершин профессионализма в про-

цессе творческой деятельности для формирования целостного гуманитарного мировоззрения, необходимого для осуществления профессиональной тренерской, научно-исследовательской и физкультурно-спортивной и деятельности.

Основными задачами изучения дисциплины являются:

- приобретение студентами профессиональных знаний в области акмеологии, психологии, педагогики, теории физической культуры и инновационных технологий физической культуры; формирование знаний достижения вершин профессионализма в процессе творческой деятельности;

- воспитание у студентов способности осмысливать информацию, относящуюся к теории развития индивидуальных, личностных и субъектно-деятельностных характеристик человека в их взаимосвязи;

- определять эффективные пути ее использования в будущей профессиональной деятельности;

- привитие студентам опыта творческой деятельности, умений анализировать и проектировать инновационную работу;

- обеспечить применение студентами усвоенных знаний и технологий в научно-исследовательской, самостоятельной работе и практической деятельности.

Обучающиеся должны **знать**: основные теории межличностного взаимодействия; основы межличностного взаимодействия лиц, вовлеченных в процесс подготовки спортсменов; методологию научных исследований; основные научные школы, направления, концепции, источники знания и приемы работы с ними; современный уровень и тенденции развития информационных технологий, направления их применения в науке и образовании.

**уметь**: истолковывать основные теории межличностного взаимодействия; планировать содержание личной профессиональной деятельности; разрабатывать план и организационные моменты деятельности; использовать основы межличностного взаимодействия лиц, вовлеченных в процесс подготовки спортсменов; использовать методологию научных исследований; использовать основные научные направления, концепции, источники знания и приемы работы с ними; ориентироваться в современных тенденциях развития информационных технологий, направления их применения в науке

и образовании; оценивать традиционные и современные научные концепции, подходы и направления исследований в сфере физической культуры и спорта.

**владеть:** основными теориями межличностного взаимодействия; пониманием процесса взаимодействия лиц, вовлеченных в процесс подготовки спортсменов; навыками использования с целью достижения высот профессионализма основных научных концепций; научными подходами при анализе текущей ситуации в аспектах целостности рассмотрения проблемы, структурности как связи отношений и элементов, взаимосвязи системы со средой, иерархичности, множественности описания; навыками использования современных тенденций развития информационных технологий, направлениями их применения в науке и образовании; пониманием сущности основных проблем физической культуры и спорта; навыками работы с научной литературой; приемами самостоятельной работы с использованием справочной и учебной литературы.

Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) представлено в таблице 1.

Таблица 1

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Содержание
1	2	3
1	Акмеология как наука и учебная дисциплина	Понятие «акмеология». Акмеология как наука и учебная дисциплина
2	Слагаемые профессионализма и творческой самореализации педагога	Современные теории, содержание научной литературы по вопросам, связанным с функционированием физической культуры и спорта. Профессионализм и самореализация педагога. Слагаемые профессионализма и творческой самореализации педагога

## Продолжение таблицы 1

3	Самосовершенствование как один из основных способов максимальной реализации творческого потенциала	Понятийный аппарат в области организации и регулирования деятельности физической культуры и спорта. Самосовершенствование как один из основных способов максимальной реализации творческого потенциала. Способность управлять своим физическим и психическим состоянием в целях повышения результативности тренерской деятельности.
4	Педагогический опыт как опора самореализации творческого потенциала педагога и ее результат	Системный подход к познанию образования. Педагогический опыт как опора самореализации творческого потенциала педагога и ее результат. Способность разрабатывать планы и программы инновационной деятельности в сфере физической культуры и спорта.
5	Вершины реализации творческого потенциала выдающихся людей	Профессиональная деятельность выдающихся людей. Вершины реализации творческого потенциала выдающихся людей.
6	Акмеологическая направленность подготовки специалистов по физической культуре и спорту	Выделять главное в организационно-управленческой деятельности и расставлять соответствующие приоритеты при решении профессиональных задач. Акмеологическая направленность подготовки специалистов по физической культуре и спорту.
7	Педагогическое мастерство – высший уровень профессионализма педагога	Педагогическое мастерство – высший уровень профессионализма педагога. Способность управлять своим физическим и психическим состоянием в целях повышения результативности тренерской деятельности.

Содержание дисциплины и ее методическое обеспечение представлено в таблице 2.

Таблица 2

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Виды деятельности			Учебно-методические материалы	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)	Компетенции
		лек., час	№ лаб.	№ пр.			
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Акмеология как наука и учебная дисциплина	0	0	1	У-1, 2, 3, 4, МУ-1, 2	УО Т 1-2 неделя	УК-1
2	Слагаемые профессионализма и творческой самореализации педагога	0	0	1	У-1, 2, 5, 8 МУ-1, 2	С 3-6 неделя	УК-1, УК-6
3	Самосовершенствование как один из основных способов максимальной реализации творческого потенциала	0	0	2	У-1, 2, 3, 6, 7, 8 МУ-1, 2	С 7-9 неделя	УК-1, УК-6
4	Педагогический опыт как опора самореализации	0	0	2	У-1, 2, 3, 4, МУ-1, 2	С 10-12 неделя	УК-1, УК-6



	ции творческого потенциала педагога и ее результат						
5	Вершины реализации творческого потенциала выдающихся людей	0	0	3	У-1, 8 МУ-1, 2	С 13-14 неделя	УК-1
6	Акмеологическая направленность подготовки специалистов в по физической культуре и спорту	0	0	4	У-1, 4, 5, 6, 7, 8 МУ-1, 2	С 15-16 неделя	УК-1, УК-6, ПК-2
7	Педагогическое мастерство – высший уровень профессионализма педагога	0	0	4	У-1, 2, 3, МУ-1, 2	С Р 17-18 неделя	УК-1

УО – устный опрос, С – собеседование, Т – тестирование, Р – защита (проверка) рефератов

Самостоятельная работа студентов (СРС) представлена в таблице 3.

Таблица 3

№ раздела (темы)	Наименование раздела (темы) дисциплины	Срок выполнения	Время, затрачиваемое на выполнение СРС, час
1	2	3	4
1.	Акмеология как наука и учебная дисциплина	2 неделя	14
2.	Слагаемые профессионализма и творческой самореализации педагога	6 неделя	14
3.	Самосовершенствование как один из основных способов максимальной реализации творческого потенциала	8 неделя	14
4.	Педагогический опыт как опора самореализации творческого потенциала педагога и ее результат	12 неделя	11,9
5.	Вершины реализации творческого потенциала выдающихся людей	14 неделя	14
6.	Акмеологическая направленность подготовки специалистов по физической культуре и спорту	16 неделя	14
7.	Педагогическое мастерство – высший уровень профессионализма педагога	18 неделя	14
Итого			95,9

### **Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

Студенты могут при самостоятельном изучении отдельных тем и вопросов дисциплин пользоваться учебно-наглядными посо-

биями, учебным оборудованием и методическими разработками кафедры в рабочее время, установленное Правилами внутреннего распорядка работников.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по данной дисциплине организуется:

*библиотекой университета:*

- библиотечный фонд укомплектован учебной, методической, научной, периодической, справочной и художественной литературой в соответствии с УП и данной РПД;
- имеется доступ к основным информационным образовательным ресурсам, информационной базе данных, в том числе библиографической, возможность выхода в Интернет.

*кафедрой:*

- путем обеспечения доступности всего необходимого учебно-методического и справочного материала;
- путем предоставления сведений о наличии учебно-методической литературы, современных программных средств.
- путем разработки:
  - методических рекомендаций, пособий по организации самостоятельной работы студентов;
  - тем рефератов;
  - вопросов к зачету;
  - методических указаний к выполнению лабораторных работ и т.д.

*типографией университета:*

- помощь авторам в подготовке и издании научной, учебной и методической литературы;
- удовлетворение потребности в тиражировании научной, учебной и методической литературы.

Примеры типовых контрольных заданий для текущего контроля

Вопросы дискуссии по разделу (теме) 1. «Акмеология как наука и учебная дисциплина».

1. Акмеология как новая наука о профессиональном росте и личностном самоопределении.
2. Этапы становления акмеологии.

3. Предмет и объект акмеологии. Цель и задачи акмеологии как науки и учебной дисциплины. объект, предмет и задачи акмеологии.

4. Основные категории акмеологии: зрелость, профессионализм, профессионал, компетентность, профессиональный рост и др.

5. Связь акмеологии с другими науками о человеке: психологией, педагогикой, философией. Акмеологические методы исследования.

Вопросы дискуссии по разделу (теме) 2. «Слагаемые профессионализма и творческой самореализации педагога»

1. Акмеологический подход к периодизации возрастного развития человека.

2. Акмеологическая концепция личностно-профессионального развития человека.

3. Профессия и карьера.

4. Профессиональный цикл.

5. Этапы профессионального пути.

6. Уровни профессионализма.

Вопросы дискуссии по разделу (теме) 3. «Самосовершенствование как один из основных способов максимальной реализации творческого потенциала».

1. Принципы и закономерности освоения профессии.

2. Кризисы профессионального становления.

3. Профессиональная компетентность.

4. Виды профессиональной компетентности.

5. Профессионально-педагогическая компетентность и ее виды.

6. Профессионализм педагогической деятельности.

7. Творчество. Профессиональное творчество. Педагогическое творчество и его составляющие.

8. Субъективно-эмоциональная сфера творческого процесса педагога и возможности управления творческим самочувствием, коммуникативной деятельностью, педагогической импровизацией.

9. Формирование педагогического мастерства спортивных пе-

дагогов: профессиональная компетентность, профессиональные умения, педагогическая техника.

10. Самооценка сформированности педагогической культуры и педагогического мастерства у будущих специалистов по физической культуре и спорту.

11. Самовоспитание специалиста как компонент профессионального становления.

12. Характеристика понятия «самовоспитания» в педагогической теории и практике. Направления и пути реализации студенческого самовоспитания.

13. Содержание и модель профессионального самовоспитания будущего специалиста по ФКиС.

14. Самооценка способности к самовоспитанию профессиональных умений специалиста по ФКиС.

Вопросы дискуссии по разделу (теме) 4. «Педагогический опыт как опора самореализации творческого потенциала педагога и ее результат».

1. Самоорганизация деятельности как фактор самореализации творческого потенциала.

2. Примеры высокой жизненной организации творческих людей.

3. Особенности творчества выдающихся людей.

4. Вершины достижений выдающихся людей прошлого и настоящего в различных сферах деятельности.

5. Роль личностных качеств в достижении вершин творческого потенциала.

6. Объективные и субъективные факторы достижения вершин профессионализма.

7. Проектирование собственного продвижения к профессиональному «акме».

8. Практика построения акмеограмм.

9. Тренинги-семинары обучения целостному процессу педагогического общения: Тренировка педагогической наблюдательности.

Вопросы дискуссии по разделу (теме) 5. «Вершины реализации

творческого потенциала выдающихся людей».

1. Новаторские идеи в профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорта. (По публикациям журналов «Физическая культура в школе», «Физическая культура: образование, воспитание, тренировка», «Теория и практика физической культуры», «Спортивный психолог»)

2. Вершины мастерства выдающихся людей в различных сферах деятельности и прогресс человечества. (По публикациям журналов «Физическая культура в школе», «Физическая культура: образование, воспитание, тренировка», «Теория и практика физической культуры», «Спортивный психолог»).

Вопросы дискуссии по разделу (теме) 6. «Акмеологическая направленность подготовки специалистов по физической культуре и спорту».

1. Профессионально-педагогическая деятельность специалиста по физической культуре и спорту с позиции ее функционального назначения, профессиональных умений и способностей.

2. Психолого-педагогическая характеристика деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

3. Психолого-педагогическая характеристика личности специалиста по физической культуре и спорту как основа формирования содержания его профессионального «акме».

4. Умения и способности к педагогическому труду.

5. Психолого-педагогическая характеристика личности специалиста по физической культуре и спорту как фактора продуктивной деятельности.

6. Уровни высокого профессионализма в сфере физической культуры и спорта.

Вопросы дискуссии по разделу (теме) 7. «Педагогическое мастерство – высший уровень профессионализма педагога».

1. Структура деятельности.

2. Психологическая структура педагогической деятельности.

3. Ценностные ориентации и отношения, способности, запас знаний, умений, навыков как факторы успешности субъекта деятельности.

4. Профессионально-педагогическая культура как основа акмеологического развития специалиста по физической культуре и спорта.

5. Категории профессионально-педагогической этики.

6. Самооценка сформированности педагогической культуры и профессионально-педагогической этики.

7. Педагогическая техника как средство реализации внешних проявлений педагогического мастерства.

8. Компоненты педагогической техники. Техника речи, мимическая техника, пантомимическая техника, саморегуляция психической деятельности как важные составляющие педагогической техники.

9. Необходимость владения педагогической техникой для реализаций функций профессиональной деятельности тренера и педагога физической культуры.

Производственная задача для контроля результатов практической подготовки обучающихся на практическом занятии №1.

Постройте профессиограмму тренера (зрелость, профессионализм, компетентность, профессиональный рост и др.).

Производственная задача для контроля результатов практической подготовки обучающихся на практическом занятии №2.

Оцените свою профессионально-педагогическую культуру как основу акмеологического развития специалиста по физической культуре и спорта.

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости представлены в УММ по дисциплине.

### **Вопросы для самопроверки**

1. Акмеология как наука и учебная дисциплина.
2. Основные элементы творческого потенциала человека и условия, влияющие на его проявление.
3. Профессионализм личности и деятельности человека.

4. Качества личности педагога, которые являются профессионально-значимыми.
5. Задачи и этапы самосовершенствования личности.
6. Структура педагогической деятельности.
7. Объект обучающей деятельности педагога как целостное педагогическое явление.
8. Объективные и субъективные факторы достижения вершин профессионализма.
9. Методы самовоспитания и их направленность на формирование личности.
10. Содержание профессиональной подготовки специалиста по ФКиС как средство развития личности.
11. Виды педагогического опыта и их характерные особенности. Педагогический опыт как фактор самореализации творческого потенциала педагога.
12. Акмеологическая направленность содержательных и процессуальных составляющих педагогического процесса при подготовке специалистов по ФКиС.
13. Личностно-ориентированное обучение на основе «педагогики сотрудничества».
14. Технология организации и осуществления педагогического общения в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
15. Основы и сущность педагогического мастерства.
16. Виды педагогической компетентности.
17. Технология организации и осуществление педагогического общения в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
18. Мастерство педагога-тренера в формировании спортивного коллектива как творческий процесс.
19. Определение уровня обучающей деятельности педагога.
20. Определение эффективности технологии обучения.



### Библиографический список

1. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория и практика: учеб. пособие / И.С. Барчуков. – М.: Академия, 2009. – 528 с.
2. Борьба с допингом в профессиональном спорте [Электронный ресурс]: методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 27 с.
3. Виды допинга в спорте [Электронный ресурс] : методические указания / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 22 с.
4. Генный допинг [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 43 с.
5. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / Г. Д. Горбунов. - 4-е изд., испр. и доп. - Москва : Советский спорт, 2012. - 312 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>
6. Допинг в Олимпийских играх [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 20 с.
7. Евдокимов, В. И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учебное пособие / В. И. Евдокимов, О. А. Чурганов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Советский спорт, 2010. – 246 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru>
8. Исторические аспекты анализа низкомолекулярных веществ в допинг-контроле [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 17 с.
9. История допинга в спорте [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 20 с.
10. Козьяков, Р. В. Психология и педагогика [Электронный ресурс]: учебник / Р.В. Козьяков. - М.: Директ-Медиа, 2013. - Ч. 1. Психология. - 358 с. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru>.

11. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова. – Омск : Издательство СибГУФК, 2013. – 296 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

12. Кравченко, А. И. Психология и педагогика [Текст] : учебник / А. И. Кравченко. – Москва: Проспект, 2016. - 400 с.

13. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник / А.М. Максименко. – 2-е изд. испр. и доп. – М.: Физическая культура, 2009. – 496 с.

14. Мандель, Б. Р. Педагогика высшей школы: история, проблематика, принципы [Электронный ресурс] : учебное пособие для обучающихся в магистратуре / Б. Р. Мандель. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. - 619 с.

15. Общая педагогика физической культуры и спорта : учеб.пособие / Э.Б.Кайнова. – М.: ИД «Форум», ИНФРА-М, 2007. – 208 с.

16. Роль всемирного антидопингового агентства в контроле за использованием допинга в спорте [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 42 с.

17. Роль всемирного антидопингового кодекса [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 15 с. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте [Текст] / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М. : «Академия», 2001. – 264 с.

18. Семенов, Л. А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / Л. А. Семенов. – Москва : Советский спорт, 2011. – 200 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

19. Шмырева, Н. А. Инновационные процессы в управлении педагогическими системами [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н. А. Шмырева. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 108 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

20. Журналы: «Современные проблемы науки и образования», «Теория и практика физической культуры», «Физическая

культура: воспитание, образование, тренировка», «Физкультура и спорт».

21. <http://swimming.hut.ru/>
22. <http://www.kgafk.ru/kgufk/html/plav3.html>
23. <http://www.sportmed.ru>
24. <http://www.sportlab.ru>