

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Сочинский государственный университет»



Макаревская Ю.Э.  
2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УРиКОД  
В.П. Ермакова  
«03» Март 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Акмеология»**

**Шифр и направление подготовки** 49.03.01 «Физическая культура»

**Квалификация (степень) выпускника** бакалавр

**Профиль подготовки бакалавра** Спортивная тренировка

**Форма обучения** заочная

**Выпускающая кафедра** Физической культуры и спорта

**Кафедра-разработчик рабочей программы** Физической культуры и спорта

Год набора – 2022

Курс	Трудоем- кость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
2	108/3	6	4	-	94	-	Зачет (4)
<b>Итого:</b>	108/3	6	4	-	94	-	Зачет (4)

Сочи 2021 г.

Лист согласования рабочей программы дисциплины «Акмеология»

Рабочую программу составил Томилин К.Г., к.п.н., доцент



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА**

Заведующий кафедрой

  
подпись

Васильковская Ю.А.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует  
библиотечному фонду СГУ:

Директор НОБ

  
подпись

Мочалова Е.С.

Ф.И.О.

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям:

Отдел качества образования и  
методического обеспечения

подпись



Васильченко В.В.

Ф.И.О.

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2022-2023 учебный год, протокол №1 заседания кафедры от «29» августа 2022 года. Дополнений и изменений нет.

зав. кафедрой  Полякова А.В.

Рабочая программа переутверждена на 2023 -2024 учебный год, протокол № 10 заседания кафедры от «29» 06 2023 года.

Дополнений и изменений нет.

зав. кафедрой  Полякова А.В.

## 1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель** освоения дисциплины «Акмеология» - формировать у студентов целостное представление о закономерностях развития и саморазвития зрелого человека; развивать педагогическую направленность, педагогическое мышление и творческую готовность к предстоящей профессиональной деятельности; способствовать пониманию студентами важности содержания акмеологического аспекта в профессиональной деятельности, ориентировать будущих специалистов по физической культуре и спорту на достижение вершин профессионализма.

### **Задачи дисциплины:**

1. Познакомить студентов с основными понятиями и методами акмеологии, с акмеологической концепцией личностно-профессионального развития, с необходимыми знаниями о профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

2. Раскрыть понимание акмеологической направленности подготовки специалистов по физической культуре и спорту и осознание собственных ограничений в профессионально-педагогической деятельности.

3. Дать представление о важности самопознания, умения анализировать причины достижений и неудач, намечать направления самосовершенствования и нахождения путей оптимальной реализации личностно-творческого потенциала в будущей профессиональной деятельности.

## 2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ (СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Дисциплина «Акмеология» является дисциплиной, формируемой участниками образовательных отношений.

Таблица 1 – Дисциплины, участвующие в формировании компетенции

<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Дисциплины, участвующие в формировании компетенции</b>
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	Основы проектной деятельности Психология Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально-ориентированными НКО Основы детско-юношеского спорта Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий Педагогика физической культуры и спорта Акмеология Ознакомительная практика
ПК-1 Подготовка занимающихся по видам спорта на различных этапах спортивной подготовки	Основы детско-юношеского спорта Теория и методика оздоровительной тренировки Массаж Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий Физиологические механизмы формирования тренированности Педагогика физической культуры и спорта Акмеология Основы менеджмента в физической культуре и спорте Основы экономики и управления в физической культуре и спорте Педагогическая практика Тренерская практика Профессионально-ориентированная практика
ПК-2 Осуществляет организацию учебной и	История физической культуры Биомеханика физических упражнений

научно-исследовательской деятельности, разрабатывает программно-методическое обеспечение, педагогический контроль и оценивает освоение преподаваемых дисциплин, курсов	Современные оздоровительные технологии Массаж Педагогика физической культуры и спорта Акмеология Педагогическая практика Тренерская практика Профессионально-ориентированная практика
--	---

### 3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2 – Компетенции и индикаторы их достижения

Компетенции и индикаторы их достижения		В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1 Демонстрирует знание индивидуально-психологических свойств субъекта социального взаимодействия; особенностей, правил и приемов социального взаимодействия в команде; особенностей поведения групп людей, с которыми осуществляет взаимодействие, учитывает их в своей деятельности; психологии социально-ролевого и командного взаимодействия; основных теорий лидерства; стилей лидерства и возможностей их применения в различных ситуациях	<i>Знать:</i> индивидуально-психологические свойства субъекта социального взаимодействия. <i>Уметь:</i> применять правила и приемы социального взаимодействия в команде. <i>Владеть:</i> практическими навыками лидерства; стилей лидерства и возможностей их применения в различных ситуациях.
	УК-3.2 Организует собственное социальное взаимодействие в команде; определяет свою роль в команде; принимает рациональные решения и обосновывать их; планирует последовательность шагов для достижения заданного результата. Учитывает в совместной деятельности особенности поведения и общения разных людей, готов проявлять толерантность и ассертивность в межличностном взаимодействии	<i>Знать:</i> особенности поведения и общения разных людей. <i>Уметь:</i> организовать собственное социальное взаимодействие в команде. <i>Владеть:</i> практическими навыками принятия рациональных решений и последовательности шагов для достижения заданного результата.

<b>Компетенции и индикаторы их достижения</b>		В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
	УК-3.3 Осуществляет межличностное взаимодействие, планирование собственных действий и координацию общих действий для достижения общих поставленных целей; применяет технологии создания и управления командой	<i>Знать:</i> технологии создания и управления командой. <i>Уметь:</i> планировать собственные действия и координацию коллективных действий для достижения поставленных целей. <i>Владеть:</i> навыками управления межличностных взаимодействий в команде.
ПК-1 Подготовка занимающихся по видам спорта на различных этапах спортивной подготовки	ПК-1.1 Осуществляет отбор занимающихся и комплектует группы групп	<i>Знать:</i> педагогические, медико-биологические и психологические методы для оценки степени предрасположенности к виду спорта. <i>Уметь:</i> использовать признаки физического развития, физической подготовленности и функциональных возможностей на этапах спортивной подготовки. <i>Владеть:</i> системой организационно-методических мероприятий для определения специализации в определенном виде спорта.
	ПК-1.2 Планирует и анализирует результаты спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки.	<i>Знать:</i> нормы спортивной подготовки на различных этапах. <i>Уметь:</i> учитывать возрастные и половые особенности при планировании и проведении различных форм занятий. <i>Владеть:</i> способами применять на практике современные формы и способы планирования, как инструмента оптимального построения содержания занятия.
	ПК-1.3 Координирует работу специалистов задействованных в подготовке спортсменов.	<i>Знать:</i> основы построения взаимодействия специалистов в области физической культуры и спорта. <i>Уметь:</i> взаимодействовать со специалистами задействованных в подготовке спортсменов. <i>Владеть:</i> способами решения проблем взаимодействия с различным контингентом занимающихся.
ПК-2 Осуществляет организацию учебной и научно-исследовательской деятельности, разрабатывает программно-методическое обеспечение,	ПК-2.1 Владеет методиками проведения учебных занятий, руководства учебной, проектной и исследовательской деятельностью.	<i>Знать:</i> современные методики и технологии проведения учебных занятий. <i>Уметь:</i> применять современные методики для организации учебной и научно-исследовательской и проектной деятельности. <i>Владеть:</i> средствами, методами и приемами с учетом специфики базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

Компетенции и индикаторы их достижения		В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
педагогический контроль и оценивает освоение преподаваемых дисциплин, курсов	ПК-2.2 Демонстрирует навыки по разработке, обновлению и планированию программ обучения и учебно-методического материала.	<i>Знать:</i> требования к содержанию образовательных программ; рабочие документы планирования и отчетности педагогического процесса. <i>Уметь:</i> разрабатывать учебные планы на основе реализуемых образовательных программ на основе требований государственных стандартов <i>Владеть:</i> методикой разработки учебных планов и программ учебных занятий различной направленности.
	ПК-2.3 Демонстрирует полноту и своевременность выполнения заданий по практике и освоение компетенций в процессе прохождения практики.	<i>Знать:</i> необходимые компетенции для реализации в практической деятельности. <i>Уметь:</i> правильно построить и оценить тренировочный и образовательный процесс с учётом освоенных компетенций. <i>Владеть:</i> полнотой навыков для выполнения заданий по практике и освоения компетенций в процессе прохождения практики.

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1 Тематический план дисциплины

№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы				
		Всего часов	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС
1	<b>Введение в курс</b> «Акмеология физической культуры и спорта». Основные понятия, термины и определения. Потребности человека. «Дерево целей» (планирование достижений человека в жизненном цикле).	22		2		20
2	<b>Спортивная акмеология.</b> Достижения АКМЕ в спортивной деятельности (спортивные технологии при совершенствовании быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости). Использование технологий при достижении спортсменом результатов экстра-класса. Косвенные признаки использования атлетом допинга.	22	2			20
3	<b>Общая акмеология.</b> Здоровье, здоровый образ жизни, активное долголетие специалиста. Факторы, препятствующие достижения АКМЕ и активного долголетия специалиста физической культуры и спорта. Современные технологии сохранения здоровья, и активного долголетия специалиста физической культуры и спорта.	22	2			10
4	<b>Акмеология педагогической деятельности в ФКиС.</b> Достижение АКМЕ в сфере организации и управлении ФКиС (имидж, репутация, престиж, харизма специалистов). Профессиональная компетентность специалистов в сфере ФКиС. Архитектоника зрелости личности. Успешность профессиональной деятельности в	22	2			10

	сфере ФКиС; профессионально важные способности педагога, личностные качества, творческие приемы. Дидактические, гностические, научно-педагогические способности, научно-методическая подготовка, способность к распределению внимания, авторитарные, личностные, конструктивные, организаторские способности; коммуникативные, экспрессивные, мажорные способности специалистов в сфере ФКиС					
5	<b>Самосовершенствование специалиста в сфере ФКиС.</b> Этапы совершенствования. Особенности педагогической деятельности специалистов по ФКиС. Акмеологическая направленность процесса обучения специалистов по ФКиС. Современные образовательные технологии. Классификация дидактических игр. Педагогическое общение. Педагогическое мастерство. Определение эффективности технологий обучения. Педагогическое диагностирование.	16		2		14
6	<b>Контрольная работа</b>	20				20
	<b>Зачет</b>	4				
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>94</b>

#### 4.1.1 Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Краткое содержание занятия
2	Спортивная акмеология	Достижения АКМЕ в спортивной деятельности (спортивные технологии при совершенствовании быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости). Использование технологий при достижении спортсменом результатов экстра-класса. Косвенные признаки использования атлетом допинга.
3	Общая акмеология	Здоровье, здоровый образ жизни, активное долголетие специалиста. Факторы, препятствующие достижения АКМЕ и активного долголетия специалиста физической культуры и спорта. Современные технологии сохранения здоровья, и активного долголетия специалиста физической культуры и спорта.
4	Акмеология педагогической деятельности в ФКиС	Достижение АКМЕ в сфере организации и управления ФКиС (имидж, репутация, престиж, харизма специалистов). Профессиональная компетентность специалистов в сфере ФКиС. Архитектоника зрелости личности. Успешность профессиональной деятельности в сфере ФКиС; профессионально важные способности педагога, личностные качества, творческие приемы. Дидактические, гностические, научно-педагогические способности, научно-методическая подготовка, способность к распределению внимания, авторитарные, личностные, конструктивные, организаторские способности; коммуникативные, экспрессивные, мажорные способности специалистов в сфере ФКиС

#### 4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Краткое содержание занятия
1	Введение в курс «Акмеология физической культуры и спорта».	Основные понятия, термины и определения. Потребности человека. «Дерево целей» (планирование достижений человека в жизненном цикле).
5	Самосовершенствование специалиста в сфере ФКиС	Этапы совершенствования. Особенности педагогической деятельности специалистов по ФКиС. Акмеологическая направленность процесса обучения специалистов по ФКиС. Современные образовательные технологии. Классификация дидактических игр. Педагогическое общение. Педагогическое мастерство. Определение эффективности технологий обучения. Педагогическое диагностирование.

#### 4.1.3 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Краткое содержание занятия
1	Введение в курс «Акмеология физической культуры и спорта».	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по темам; подготовка к зачету
2	Спортивная акмеология	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по темам; подготовка к зачету
3	Общая акмеология	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по темам; подготовка к зачету
4	Акмеология педагогической деятельности в ФКиС	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по темам; подготовка к зачету
5	Самосовершенствование специалиста в сфере ФКиС	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по темам; подготовка к зачету

#### 4.1.4 Интерактивные формы занятий

Количество занятий в интерактивной форме не предусмотрено учебным планом.

### 4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

#### 4.2.1 Литература

1. Томилин, К.Г. Акмеология физической культуры и спорта: Учебное пособие. Ч.1 / К.Г. Томилин. – Сочи: РИЦ ФГБОУ ВПО «СГУ», 2014. – 122 с. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – Текст : электронный.

2. Акмеология. Путь к вершине личностно-профессионального развития : учебное пособие / составители О. Н. Князева, Е. В. Алтухова. — Воронеж : Воронежский Государственный Аграрный Университет им. Императора Петра Первого, 2017. — 160 с.

— ISBN 2227-8397.— URL: <http://www.iprbookshop.ru/72648.html> (дата обращения: 28.08.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. — Текст : электронный.

3. Костихина, Н. М. Акмеология физической культуры и спорта : учебное пособие / Н. М. Костихина. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2005. — 188 с. — ISBN 5-7065-0263-3. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/64993.html> (дата обращения: 28.08.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. — Текст : электронный.

4. Томилин, К.Г. Парусный спорт: годичный цикл подготовки квалифицированных гонщиков : учебное пособие / К.Г. Томилин, Т.В. Михайлова, М.М. Кузнецова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2020. — 220 с. — ISBN 978-5-8114-4856-2. — URL: <https://e.lanbook.com/book/130177> (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей ЭБС "Лань". - Текст : электронный.

#### **4.2.2. Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники**

Студентам обеспечивается доступ к базам данных и библиотечным фондам университета. СГУ обеспечивает оперативный обмен информацией с отечественными и зарубежными вузами и организациями с соблюдением требований законодательства Российской Федерации об интеллектуальной собственности и международных договоров Российской Федерации в области интеллектуальной собственности, а также доступ обучающихся к информационным справочным и поисковым системам.

1. Электронная библиотека Сочинского государственного университета : база данных. — Сочи, [2017- ]. — URL: <http://lib.sutr.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). — Текст : электронный.

2. ScienceDirect : полнотекстовая база данных / издательство Elsevier. — URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 28.08.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

3. SpringerNature : полнотекстовая база данных / Springer Nature Switzerland AG. Part of Springer Nature. — URL: <https://link.springer.com/> (дата обращения: 28.08.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

4. IPRbooks : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)». — Саратов, [2010-]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

5. Znaniium.com : электронно-библиотечная система / ЭБС Znaniium.com, ООО «Научно-издательский центр Инфра-М». — Москва, [2011-]. — URL: <http://znaniium.com/> (дата обращения: 28.08.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) : Федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ. — Москва, [2004-]. — Режим доступа: <https://rusneb.ru> (дата обращения: 28.08.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

7. Polpred.com Обзор СМИ : электронно-библиотечная система / Г. Вачнадзе, ООО «ПОЛПРЕД Справочники». — Москва, [1997-]. — URL <https://polpred.com/> (дата обращения: 28.08.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

8. КонсультантПлюс : справочно-правовая система / Компания «КонсультантПлюс». — Москва, [1997-]. — Режим доступа: локальная сеть СГУ. — Текст : электронный.

9. КиберЛенинка : научная электронная библиотека открытого доступа / ООО «Итеос». — Электрон. дан. — Москва, [2014-]. — URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). — Текст : электронный.

10. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека / Компания «Научная электронная библиотека» (eLIBRARY.RU). — Москва, [2000-]. — URL: <https://elibrary.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

### 4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Для оценки сформированности компетенций разрабатываются оценочные средства по дисциплине.

Форма и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств, который является отдельным документом.

#### Вопросы к зачету:

1. Введение в предмет «Акмеология физической культуры и спорта». Основные понятия, термины и определения.
2. Потребности человека.
3. «Дерево целей» (планирование достижений человека в жизненном цикле).
4. Достижения АКМЕ в спортивной деятельности (спортивные технологии при совершенствовании быстроты).
5. Достижения АКМЕ в спортивной деятельности (спортивные технологии при совершенствовании силы).
6. Достижения АКМЕ в спортивной деятельности (спортивные технологии при совершенствовании выносливости).
7. Достижения АКМЕ в спортивной деятельности (спортивные технологии при совершенствовании ловкости).
8. Достижения АКМЕ в спортивной деятельности (спортивные технологии при совершенствовании гибкости).
9. Использование технологий при достижении спортсменом результатов экстра-класса.
10. Косвенные признаки использования атлетом допинга.
11. Здоровье, здоровый образ жизни, активное долголетие специалиста.
12. Факторы, препятствующие достижениям АКМЕ и активного долголетия специалиста физической культуры и спорта.
13. Современные технологии сохранения здоровья, и активного долголетия специалиста физической культуры и спорта.
14. Достижение АКМЕ в сфере организации и управления ФКиС (имидж, харизма специалистов).
15. Достижение АКМЕ в сфере организации и управления ФКиС (репутация, престиж, специалистов).
16. Профессиональная компетентность специалистов в сфере ФКиС.
17. Архитектоника зрелости личности.
18. Успешность профессиональной деятельности в сфере ФКиС; профессионально важные способности педагога.
19. Успешность профессиональной деятельности в сфере ФКиС; профессионально важные личностные качества.
20. Успешность профессиональной деятельности в сфере ФКиС; профессионально важные творческие приемы.
21. Научно-педагогические способности педагога.
22. Экспрессивные способности педагога.
23. Дидактические способности педагога.
24. Авторитарные способности педагога.
25. Перцептивные способности педагога.
26. Коммуникативные способности педагога.
27. Конфликт, способности к разрешению.
28. Личностные способности педагога.
29. Организаторские способности педагога.
30. Мажорные способности педагога.
31. Психомоторные способности педагога.
32. Способности к концентрации и распределению внимания.
33. Гностические способности педагога.

34. Конструктивные способности педагога.
35. Этапы совершенствования специалистов в сфере ФКиС и АФК.
36. Особенности педагогической деятельности специалистов по ФКиС.
37. Акмеологическая направленность процесса обучения специалистов по ФКиС.
38. Современные образовательные технологии.
39. Классификация дидактических игр.
40. Педагогическое общение.
41. Педагогическое мастерство.
42. Определение эффективности технологий обучения.
43. Педагогическое диагностирование.

## **5. УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5.1 Методические рекомендации студентам по изучению дисциплины**

В течение семестра студенты осуществляют учебные действия на лекционных и практических занятиях, усваивают и повторяют основные понятия. Контроль эффективности самостоятельной работы студентов осуществляется путем проверки освоения ими учебных заданий, предусмотренных для самостоятельной отработки.

Преподавание и изучение учебной дисциплины осуществляется в виде лекционных и *практических* занятий, групповых и индивидуальных форм работы, самостоятельной работы студентов.

#### **Методические рекомендации по подготовке студентов к *практическим* занятиям.**

Для лучшего усвоения и закрепления материала по данной дисциплине студентам необходимо научиться работать с литературой. Изучение дисциплины предполагает в том числе отслеживание публикаций в периодических изданиях и работу с Internet.

При подготовке к *практическим* занятиям студенты должны изучить рекомендованную литературу, ответить на вопросы и выполнить все задания для самостоятельной работы. При подготовке целесообразно на основе изучения рекомендованной литературы выписать в конспект основные категории и понятия по учебной дисциплине, подготовить развернутые планы ответов и краткое содержание выполненных заданий.

#### **Методические рекомендации студентам по организации самостоятельной работы по изучению литературных источников.**

При организации самостоятельной работы, следует обратить особое внимание на регулярность изучения литературы. В период изучения литературных источников необходимо так же вести конспект. В случае затруднений необходимо обратиться к преподавателю за разъяснениями.

#### **Методические рекомендации студентам по подготовке к зачету.**

При подготовке к *зачету* следует руководствоваться РПД. Студент должен иметь в виду, что некоторые вопросы, имеющиеся в программе, выносятся на самостоятельное изучение.

На *зачете* студент должен показать знание содержания предмета, терминологии, умение свободно оперировать ею. При подготовке к ответу на *зачете* студенту разрешено пользоваться рабочей программой дисциплины. Если студент при ответе на вопросы затрудняется с самостоятельным изложением материала, преподаватель имеет право задать ему ряд вопросов, побуждающих и направляющих студентов к полному высказыванию по данной теме, в случае, если ответы на эти вопросы исчерпывают тему, оценка за ответ не снижается. Высказывания студентов должны соответствовать сути вопроса, быть логически выстроенными, доказательно раскрывать отношение отвечающего к излагаемой проблеме, выявлять личную точку зрения на использование тех или иных положений теоретического курса в практической работе.

Промежуточная аттестация может быть выставлена студенту по результатам федерального интернет тестирования (ФЭПО, интернет тренажеры).

## 5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Самостоятельная внеаудиторная работа по курсу включает изучение учебной и научной литературы, повторение лекционного материала, подготовку к практическим занятиям, а также к текущему и итоговому контролю. Практические занятия предусматривают совершенствование навыков работы с первоисточниками, изучения предметной специфики курса. Вопросы, не рассмотренные на лекциях и практических занятиях, должны быть изучены бакалаврами в ходе самостоятельной работы. Контроль самостоятельной работы бакалавров над учебной программой курса осуществляется в ходе практических занятий методом устного опроса или ответов на вопросы тем. В ходе самостоятельной работы каждый бакалавр обязан прочитать основную и по возможности дополнительную литературу по изучаемой теме. Обучающийся должен готовиться к предстоящему практическому занятию по всем, обозначенным в программе вопросам. Не проясненные (дискуссионные) в ходе самостоятельной работы вопросы следует выписать в конспект лекций и впоследствии прояснить их на практических занятиях.

Самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы студента выступают: для овладения знаниями:

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы);

составление плана текста;

- конспектирование текста;
- выписки из текста;
- работа со словарями и справочниками;
- учебно-исследовательская работа;
- использование компьютерной техники и Интернета и др. при выполнении творческих домашних заданий.

для закрепления и систематизации знаний:

- работа с конспектом лекций (обработка текста);
- повторная работа над учебным материалом (электронного учебника, первоисточника, дополнительной литературы);
- составление плана и тезисов ответа на вопросы промежуточного контроля;
- составление таблиц для систематизации учебного материала;
- аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др.);

для формирования умений и навыков:

- решение ситуационных (профессиональных) задач;
- подготовка к проблемным урокам на практических занятиях.

Проработка вопросов, выносимых на самостоятельное изучение состоит в изучении, конспектировании и анализе литературных источников.

Методические рекомендации по самостоятельному изучению вопросов тем дисциплины:

1. Необходимо прочитать литературные источники, проанализировать качество и полноту изложения материала по изучаемым вопросам в литературных источниках.
2. Рекомендуется письменно составить свои вопросы к тексту (не менее трех).
3. Рекомендуется дать собственные комментарии позиции автора(ов) литературного источника, согласие или несогласие с автором(ами), аргументацию своей интерпретации.
4. Контроль за внеаудиторной самостоятельной работой осуществляется на практических занятиях, индивидуальных и групповых консультациях, зачете.

## 5.3 Особенности преподавания дисциплины

В целях максимального усвоения дисциплины используются следующие технологии обучения:

- Лекция - учебное занятие, составляющее основу теоретического обучения и

дающее систематизированные основы научных знаний по дисциплине, раскрывающее состояние и перспективы развития соответствующей области науки и техники, концентрирующее внимание обучающихся на наиболее сложных, узловых вопросах, стимулирующее их познавательную деятельность и способствующее формированию творческого мышления.

- Практическая работа - совместная деятельность студентов в группе под руководством лидера, направленная на решение общей задачи путем творческого сложения результатов индивидуальной работы членов команды с делением полномочий и ответственности.

- Самостоятельная работа студента, предусматривает выполнение работы - задание, которое требует от студента воспроизведения и/или обработки полученной ранее информации в форме, определяемой преподавателем, и требующей, как правило, творческого подхода.

- Преподавание дисциплины опирается на современный подход к обучению и ориентируется на внесение в процесс обучения новизны, обусловленной особенностями динамики развития жизни и деятельности, спецификой различных технологий обучения и потребностями личности, общества и государства в выработке у обучаемых социально полезных знаний, убеждений, черт и качеств характера, отношений и опыта поведения.

Проведение всех видов занятий при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

#### **5.4 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий. Преподавание дисциплины осуществляется с акцентом на индивидуальный подход к обучаемым.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с

нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

### **5.5 Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Лекционные занятия:

- комплект электронных презентаций/слайдов;
- специализированная аудитория, оснащенная интерактивной доской, проектором, ноутбуком, доской настенной комбинированной;
- ноутбук, мультимедийный проектор (или специализированный телевизор).

Практические занятия: аудитория для проведения практических занятий на необходимое количество студентов, ноутбук, мультимедийный проектор.

Тестирование в рамках текущей аттестации: компьютерная лаборатория, оснащенная рабочими местами, оборудованными персональными компьютерами, учебная доска, локальная сеть, подключение к сети Интернет, сканер, принтер.

Прочее:

- рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, принтером, сканером, ксероксом;
- рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде (библиотека, компьютерные классы).

Дистанционная поддержка дисциплины.

Для передачи раздаточного материала к практическим занятиям, домашних заданий, обмена информацией с преподавателем используется электронная почта.

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

*Microsoft Windows*

*Архиватор 7-zip.*

*Справочно-правовая система Консультант Плюс*

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, входящие в состав ЭИОС СГУ.

**Приложение к рабочей программе дисциплины**

**«Акмеология»**

49.03.01 «Физическая культура»

бакалавр

«Спортивная тренировка»

**АННОТАЦИЯ**

рабочей программы дисциплины

**«Акмеология»**

формируемая участниками образовательных отношений

*Заочная форма обучения*

<b>Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)</b>	3/108
<b>Цель изучения дисциплины</b>	Формировать у студентов целостное представление о закономерностях развития и саморазвития зрелого человека; развивать педагогическую направленность, педагогическое мышление и творческую готовность к предстоящей профессиональной деятельности; способствовать пониманию студентами важности содержания акмеологического аспекта в профессиональной деятельности, ориентировать будущих специалистов по физической культуре и спорту на достижение вершин профессионализма.
<b>Содержание дисциплины</b>	<p>Введение в курс «Акмеология физической культуры и спорта». Основные понятия, термины и определения. Потребности человека.</p> <p>Спортивная акмеология. Достижения АКМЕ в спортивной деятельности (спортивные технологии при совершенствовании быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости).</p> <p>Общая акмеология. Здоровье, здоровый образ жизни, активное долголетие специалиста. Современные технологии сохранения здоровья, и активного долголетия специалиста физической культуры и спорта.</p> <p>Акмеология педагогической деятельности в ФКиС. Достижение АКМЕ в сфере организации и управления ФКиС. Профессиональная компетентность специалистов в сфере ФКиС. Успешность профессиональной деятельности в сфере ФКиС; профессионально важные способности педагога, личностные качества, творческие приемы.</p> <p>Самосовершенствование специалиста в сфере ФКиС. Этапы совершенствования. Особенности педагогической деятельности специалистов по ФКиС. Акмеологическая направленность процесса обучения специалистов по ФКиС. Современные образовательные технологии. Классификация дидактических игр. Педагогическое общение. Педагогическое мастерство. Определение эффективности технологий обучения. Педагогическое диагностирование.</p>
<b>Формируемые компетенции (коды)</b>	УК-3; ПК-1; ПК-2
<b>Коды и наименование индикатора достижения компетенции</b>	<p>УК-3.1 Демонстрирует знание индивидуально-психологических свойств субъекта социального взаимодействия; особенностей, правил и приемов социального взаимодействия в команде; особенностей поведения групп людей, с которыми осуществляет взаимодействие, учитывает их в своей деятельности; психологии социально-ролевого и командного взаимодействия; основных теорий лидерства; стилей лидерства и возможностей их применения в различных ситуациях.</p> <p>УК-3.2 Организует собственное социальное взаимодействие в команде; определяет свою роль в команде; принимает рациональные решения и обосновывает их; планирует последовательность шагов для достижения заданного результата. Учитывает в совместной деятельности особенности поведения и общения разных людей, готов проявлять толерантность и</p>

	<p>ассертивность в межличностном взаимодействии.</p> <p>УК-3.3 Осуществляет межличностное взаимодействие, планирование собственных действий и координацию общих действий для достижения общих поставленных целей; применяет технологии создания и управления командой.</p> <p>ПК-1.1 Осуществляет отбор занимающихся и комплекзует группы групп.</p> <p>ПК-1.2 Планирует и анализирует результаты спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки.</p> <p>ПК-1.3 Координирует работу специалистов задействованных в подготовке спортсменов.</p> <p>ПК-2.1 Владеет методиками проведения учебных занятий, руководства учебной, проектной и исследовательской деятельностью.</p> <p>ПК-2.2 Демонстрирует навыки по разработке, обновлению и планированию программ обучения и учебно-методического материала.</p> <p>ПК-2.3 Демонстрирует полноту и своевременность выполнения заданий по практике и освоение компетенций в процессе прохождения практики.</p>
<b>Наименование дисциплин, необходимых для освоения данной дисциплины</b>	<p>Основы проектной деятельности</p> <p>Психология</p> <p>Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально-ориентированными НКО</p> <p>Основы детско-юношеского спорта</p> <p>Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий</p> <p>Педагогика физической культуры и спорта</p> <p>Акмеология</p> <p>Ознакомительная практика</p>
<b>Образовательные технологии</b>	<p>Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.</p>
<b>Форма промежуточной аттестации</b>	<p>Зачет</p>