

Сайганова Екатерина Геннадьевна

почетный работник высшего профессионального образования
Российской Федерации, канд. психол. наук, доцент, доцент
ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства
и государственной службы при Президенте РФ»
г. Москва

DOI 10.31483/r-154368

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ В КОНТЕКСТЕ АКМЕОЛОГИИ: УСЛОВИЯ ЛИЧНОСТНО- ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ

***Аннотация:** в статье обоснована акмеологическая концепция физического воспитания в высшей школе как педагогическое условие личностно-профессионального развития студентов. Цель исследования – раскрыть теоретические основания и апробировать программу акмеологизации учебных занятий по дисциплинам физической культуры, направленную на достижение студентами индивидуальных пиковых результатов (акме) в физической, психологической и профессионально-значимой сфере. Задачи: выполнить анализ научных подходов к акмеологии и студентоцентрированному физическому воспитанию; построить структурно-функциональную модель концепции; экспериментально оценить влияние программы на показатели физической подготовленности, самооэффективности, профессиональной идентичности и стрессоустойчивости. Методы включали теоретический анализ, педагогический эксперимент, тестирование физической подготовленности, анкетирование и статистическую обработку. Показано, что внедрение модульной программы, сочетающей тренировочные технологии, саморегуляцию, целеполагание и рефлексия, обеспечивает значимо более выраженный прирост по всем целевым индикаторам по сравнению с традиционной организацией занятий. Полученные данные подтверждают, что физическое воспитание, спроектированное в логике акмеологии, выступает ресурсом формирования устойчивых навыков саморазвития и повышения готовности*

к профессиональной деятельности. Практическая значимость заключается в возможности внедрения разработанных модулей и диагностического инструментария в рабочие программы дисциплины в вузах различных профилей. Научная новизна – в операционализации акмеологического результата через интегральный профиль развития и в описании педагогических условий его достижения в учебной группе.

Ключевые слова: *акмеология, физическое воспитание, высшая школа, саморазвитие, профессиональная идентичность, здоровье.*

Современная высшая школа функционирует в условиях усложнения профессиональных задач, роста психоэмоциональных нагрузок и одновременного снижения двигательной активности молодежи. Эти тенденции усиливаются цифровизацией обучения, преобладанием сидячих форм учебной деятельности и расширением дистанционных образовательных практик. В результате повышается риск функциональных нарушений, снижается общая работоспособность и возрастает потребность в педагогических решениях, обеспечивающих не только освоение учебных результатов по дисциплинам физической культуры, но и развитие ресурсов здоровья, саморегуляции и стрессоустойчивости как факторов успешной профессионализации.

Современное состояние проблемы характеризуется противоречием между декларируемой ориентацией высшего образования на личностно-профессиональное развитие обучающихся и сохраняющейся в ряде вузов нормативно-контрольной логикой организации занятий по дисциплинам физической культуры. Практика показывает, что доминирование подхода «норматив – контроль – оценка» ограничивает образовательный потенциал дисциплин физической культуры, снижает субъектность студентов и не обеспечивает устойчивого переноса результатов физкультурной деятельности в учебно-профессиональные ситуации, такие как, управление нагрузкой, профилактика утомления, психическая саморегуляция.

Нормативно-правовой контекст актуализирует необходимость обновления целей и технологий физического воспитания. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» закрепляет приоритет воспитания, охраны здоровья обучающихся и создания условий для их самореализации [22]. Федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования (ФГОС ВО, 3++) ориентируют образовательные программы на формирование универсальных компетенций, связанных с самоорганизацией, саморазвитием и поддержанием работоспособности [23]. Государственные стратегические документы в сфере физической культуры и спорта также задают вектор повышения вовлеченности населения в систематические занятия и развития здоровьесберегающей инфраструктуры (Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ до 2030 года; федеральный проект «Спорт – норма жизни») [14; 16; 21]. В совокупности это формирует запрос на такие модели вузовского физического воспитания, которые обеспечивают измеримые личностно-профессиональные эффекты и воспроизводимы в образовательной практике.

Теоретический обзор показывает, что в отечественной теории физической культуры физическое воспитание рассматривается как интегративный феномен, связанный с формированием культуры здоровья, функциональной готовности и профессионально значимых качеств будущего специалиста [4; 5; 8; 10; 12; 13]. Развитие инновационных направлений, например, спортизация, вариативные и модульные программы, усиливает ориентацию на индивидуализацию содержания занятий, расширение мотивационного компонента и включение рефлексивных практик [11; 18–20]. Философско-культурологические трактовки подчеркивают ценностно-смысловой характер физической культуры и ее роль в становлении личности, способности к самоуправлению и жизненному выбору [1; 7; 15; 25; 26].

Методологическим основанием для педагогической модернизации физического воспитания выступает акмеологический подход. Акмеология как направление научного знания изучает закономерности и технологии достижения человеком высших уровней развития, вершин в деятельности и личности, акцентируя

субъектность, целеполагание, рефлексию, проектирование индивидуальной траектории и опору на развивающую среду [2; 3]. В применении к физической культуре акмеологический дискурс ориентирует образовательный процесс на достижение студентами индивидуально значимых «пиковых» результатов в физической, психологической и профессионально-ценностной сфере, а также на формирование готовности к непрерывному саморазвитию [6; 9; 17].

На уровне операционализации содержания физического воспитания акмеологический подход позволяет выделить мотивационно-ценностный, деятельностно-операциональный и рефлексивно-прогностический компоненты физической культуры личности, а также связать их с профессионально-прикладной подготовкой и психофизиологическими требованиями будущей деятельности [24; 27]. При этом роль преподавателя трансформируется: от организатора двигательной активности к тьютору развития, обеспечивающему педагогическое сопровождение целей, смыслов, самоконтроля и рефлексии студентов.

Несмотря на накопление отдельных методических решений, в образовательной практике сохраняется дефицит целостных концепций, которые: во-первых, интегрируют цели развития физической подготовленности и личностно-профессиональных качеств. Во-вторых, задают воспроизводимую технологическую структуру занятий. И, в-третьих, включают диагностический инструментарий оценки личностно-профессиональных эффектов. Данное противоречие определяет актуальность исследования и необходимость проектирования акмеологической концепции физического воспитания в высшей школе.

Практическая значимость разработки акмеологической концепции состоит в возможности ее внедрения в рабочие программы дисциплин по физической культуре в вузах различных профилей без существенного увеличения аудиторной нагрузки за счет перераспределения содержания и усиления рефлексивно-саморегуляционных процедур. Модель обеспечивает инструментарий для педагогического мониторинга, что позволяет преподавателю управлять динамикой развития группы и индивидуальными траекториями, а студенту фиксировать прогресс и осмыслять его в контексте профессиональной подготовки.

В соответствии с замыслом исследования разработана блочная модель акмеологической концепции физического воспитания в высшей школе, отражающая взаимосвязи нормативно-целевого, содержательно-технологического, средового и оценочно-рефлексивного компонентов и обеспечивающая управляемость акмеологического результата (рис. 1).

Объектом исследования выступил процесс физического воспитания студентов в Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, предметом – акмеологические условия и результаты их влияния на личностно-профессиональное развитие. Цель исследования – обосновать и апробировать акмеологическую концепцию физического воспитания в высшей школе как условие личностно-профессионального развития студентов. Гипотеза состояла в том, что включение в занятия по дисциплинам физической культуры целеполагания, саморегуляции, рефлексивной оценки достижений и профессионально-ориентированных задач обеспечит более выраженную положительную динамику как физических, так и психологических индикаторов развития по сравнению с традиционной организацией учебного процесса.

Исследование проведено в 2023 году в течение одного семестра, то есть 16 учебных недель, на базе кафедры физической культуры Российской академии народного хозяйства и государственной службы при президенте Российской Федерации. В эксперименте приняли участие 120 студентов 1–2 курсов, которые были распределены на экспериментальную ($n = 62$) и контрольную ($n = 58$) группы, сопоставимые по полу и исходным показателям.



Рис. 1. Блочная модель акмеологической концепции физического воспитания в высшей школе

В обеих группах учебные занятия проводились 2 раза в неделю по 80 минут. В контрольной группе реализовывалась традиционная программа, ориентированная на развитие общей физической подготовленности и сдачу нормативов. В экспериментальной группе внедрялась модульная программа, построенная в логике акмеологизации и включающая четыре взаимосвязанных модуля:

модуль «Целеполагание и смысл» (постановка индивидуальных целей, проектирование личного плана физического саморазвития);

модуль «Тренировочные технологии и здоровье» (комбинированные занятия силовой, аэробной и координационной направленности с элементами самоконтроля);

модуль «Саморегуляция и стресс-менеджмент» (дыхательные практики, элементы аутогенной тренировки, техники восстановления);

модуль «Рефлексия и профессиональная применимость» (рефлексивные дневники достижений, обсуждение связи физической готовности с требованиями будущей профессии, мини-кейсы).

Диагностический комплекс включал: интегральный индекс физической подготовленности (условные баллы 0–100), рассчитываемый по результатам тестов общей выносливости, силы и скоростных качеств; шкалу общей самоэффективности (0–40); шкалу профессиональной идентичности (0–50); тест стрессоустойчивости (0–60). Оценка проводилась дважды: на констатирующем этапе, до начала эксперимента, и на контрольном этапе, после завершения программы.

Методы обработки данных: вычислялись средние значения (M) и стандартные отклонения (SD); проверялась статистическая значимость различий «до-после» в каждой группе с использованием парного t-критерия Стьюдента ($p < 0,05$). Дополнительно рассчитывался относительный прирост показателей (Δ , %).

Таблица 1

Динамика показателей личностно-
профессионального развития студентов (M \pm SD)

Показатель	Группа	До	После	Δ , %	p (до-после)
Индекс физической подготовленности (0–100)	ЭГ	62.3 \pm 7.1	74.8 \pm 6.5	20.1	<0,001
	КГ	61.9 \pm 7.0	66.2 \pm 6.8	6.9	0,021
Самоэффективность (0–40)	ЭГ	24.6 \pm 4.2	30.9 \pm 3.8	25.6	<0,001
	КГ	24.4 \pm 4.1	26.0 \pm 4.0	6.6	0,087
Профессиональная идентичность (0–50)	ЭГ	28.1 \pm 5.0	35.7 \pm 4.8	27.0	<0,001
	КГ	28.4 \pm 5.1	30.2 \pm 5.0	6.3	0,094
Стрессоустойчивость (0–60)	ЭГ	32.5 \pm 6.3	40.8 \pm 6.0	25.5	<0,001
	КГ	32.7 \pm 6.2	34.9 \pm 6.1	6.7	0,112

Данные динамики ключевых показателей в экспериментальной и контрольной группах представлены в таблице 1. В обеих группах наблюдалась положитель-

ная тенденция по индексу физической подготовленности, однако в экспериментальной группе прирост оказался существенно выше (20,1% против 6,9%; $p < 0,001$).

По психологическим и профессионально-значимым индикаторам, таким как, самооффективность, профессиональная идентичность, стрессоустойчивость, статистически значимые изменения зафиксированы преимущественно в экспериментальной группе ($p < 0,001$). В контрольной группе прирост носил ограниченный характер и не достиг уровня статистической значимости по большинству шкал ($p > 0,05$).

Важно подчеркнуть, что выявленные изменения имеют не только статистическую, но и педагогическую значимость. В экспериментальной группе прирост по всем показателям носил системный характер: улучшение физической подготовленности сопровождалось ростом самооффективности и стрессоустойчивости, что указывает на включение механизмов саморегуляции и субъективного контроля над результатом. В контрольной группе позитивная динамика по ряду показателей была ограниченной, что соответствует логике традиционно организованных занятий, ориентированных преимущественно на двигательную составляющую.

Для уточнения масштаба различий на контрольном этапе дополнительно была рассчитана величина эффекта (Cohen's d) по межгрупповым различиям после завершения программы. По всем четырем индикаторам получены значения, соответствующие большому эффекту, что позволяет интерпретировать акмеологически ориентированную программу как фактор выраженной образовательной добавленной стоимости (табл. 2).

Таблица 2

Межгрупповые различия на контрольном этапе (Cohen's d)

Показатель	ЭГ (после), M±SD	КГ (после), M±SD	Cohen's d	Интерпретация
Физ. подготовленность	74.8±6.5	66.2±6.8	1.29	большой
Самооффективность	30.9±3.8	26.0±4.0	1.26	большой

Проф.идентичность	35.7±4.8	30.2±5.0	1.12	большой
Стрессоустойчивость	40.8±6.0	34.9±6.1	0.98	большой

На рисунке 2 показано сопоставление относительного прироста по четырем индикаторам физическая подготовленность; самоэффективность; профессиональная идентичность; стрессоустойчивость. График демонстрирует устойчивое преимущество акмеологически ориентированной программы по всем компонентам интегрального профиля развития.

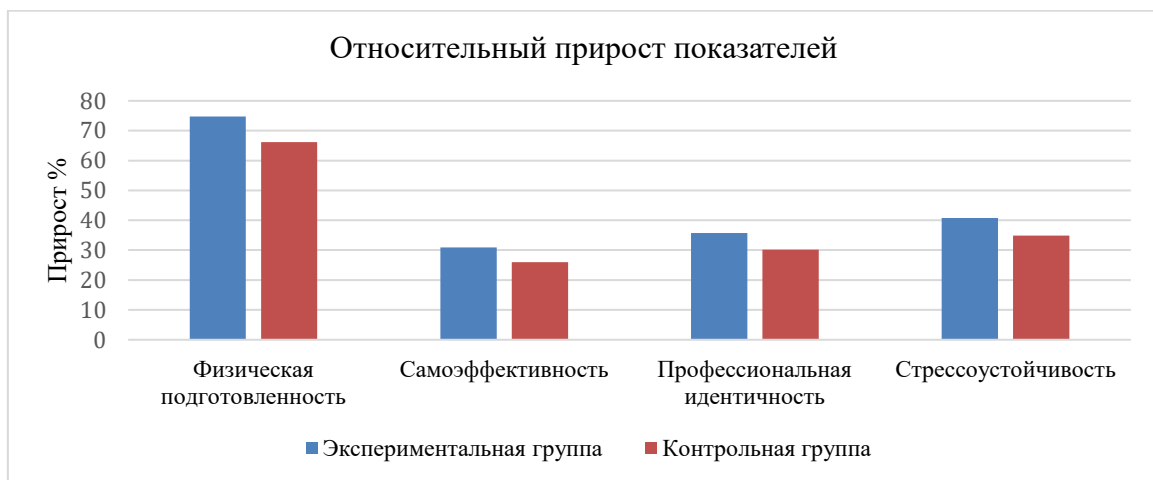


Рис. 2. Относительный прирост показателей в экспериментальной и контрольной группах

Обсуждение результатов позволяет выделить ряд механизмов эффективности акмеологической концепции. Во-первых, целеполагание и персонализация траекторий переводят студента из позиции исполнителя нормативов в позицию субъекта собственного развития, повышая внутреннюю мотивацию и ответственность за результат. Во-вторых, включение процедур самоконтроля и саморегуляции обеспечивает перенос навыков управления функциональным и эмоциональным состоянием на учебно-профессиональные ситуации, что проявляется в росте стрессоустойчивости. В-третьих, рефлексивные практики, такие как, дневники, самооценка прогресса, групповое обсуждение, формируют универсальные компетенции: умение анализировать собственные действия, планировать улучшения и

корректировать поведение. В-четвертых, профессионально-ориентированная интерпретация физкультурно-спортивной деятельности способствует укреплению профессиональной идентичности, поскольку результаты тренировочной работы связываются с требованиями к работоспособности, коммуникации и саморегуляции в будущей профессии.

Полученные результаты позволяют интерпретировать физическое воспитание как переходный механизм между телесно-двигательной и личностно-профессиональной сферами. Рост физической подготовленности в экспериментальной группе создает объективную основу повышения работоспособности и устойчивости к нагрузкам. Однако личностные эффекты проявились, прежде всего, за счет образовательного сопровождения. Студенты осваивали процедуры целеполагания, планирования, самоконтроля и рефлексии, что повышало их субъективное ощущение управляемости результатом и, как следствие, самоэффективность.

Важным методическим следствием выступает необходимость двухконтурной педагогической логики: первый контур – это развитие физических качеств и функциональной готовности; второй контур – это формирование универсальных компетенций саморазвития, таких как саморегуляция, рефлексия, стресс-менеджмент. Сопряжение контуров достигается за счет встроенных в занятие процедур: самодиагностики состояния до нагрузки и после нее, постановки недельных целей, кратких рефлексивных обсуждений, ведения дневника достижений и интерпретации тренировочных результатов в категориях профессиональной готовности.

Практика реализации показала, что акмеологизация занятий требует не увеличения аудиторного времени, а изменения образовательного дизайна: вариативного выбора средств и интенсивности, индивидуальных маршрутов, повышения доли самостоятельной работы, в том числе в цифровой среде, и, конечно, педагогического сопровождения, ориентированного на поддержку субъектной позиции студента. В результате физкультурно-спортивная деятельность начинает выполнять функцию «поля тренировки» навыков самоуправления, что объясняет одновременный прирост стрессоустойчивости и профессиональной идентичности.

Ограничениями исследования являются длительность эксперимента и проведение на базе одного вуза, что требует осторожности при экстраполяции данных. Перспективными направлениями дальнейших исследований выступают: оценка устойчивости эффектов на горизонте 1–2 лет обучения; уточнение вклада отдельных модулей, таких как саморегуляция, профессионально-прикладные задачи, рефлексия, в интегральный результат; разработка цифрового инструментария мониторинга, например, электронные дневники, персональные панели прогресса, и методики подготовки преподавателей к роли акмеологического тьютора.

Таким образом, физическое воспитание в высшей школе может рассматриваться как акмеологическая среда, в которой достигаются пиковые результаты не только в телесно-двигательной сфере, но и в области саморегуляции, профессионального самоопределения и стрессоустойчивости. Это согласуется с выводами исследователей о необходимости модернизации занятий физической культурой на акмеологическом уровне и перехода к проблемно-модульным форматам организации учебного процесса.

Обобщение результатов исследования подтверждает целесообразность рассмотрения физического воспитания в высшей школе как ресурса не только соматического здоровья, но и личностно-профессионального становления студента. Акмеологическая концепция позволяет задать образовательную логику от требований деятельности – к индивидуальной траектории развития, обеспечивая сопряжение физкультурно-спортивной, психологической и профессионально-ценностной составляющих подготовки.

В теоретико-методическом плане доказано, что акмеологизация занятий повышает управляемость результата: студент получает понятные критерии достижения индивидуального акме, инструменты самоконтроля и рефлексии, а преподаватель – основания для педагогической коррекции образовательного дизайна. В практическом плане это снижает риски формализации дисциплин по физической культуре и повышает их вклад в формирование универсальных компетенций, востребованных в различных профессиональных областях.

Акмеологическая концепция физического воспитания в высшей школе целесообразно проектируется как интегративная модель, включающая целевой, содержательно-технологический, средовой и оценочно-рефлексивный блоки. Ее системообразующим принципом выступает ориентация на достижение студентом индивидуально значимых вершин развития (акме) в физической, психологической и профессионально-ценностной сферах. Операционализация акмеологического результата через интегральный профиль развития позволяет связывать образовательные воздействия с измеряемыми показателями и выстраивать управляемый цикл педагогической коррекции.

Педагогическими условиями эффективности являются: персонализация целей и средств (индивидуальные маршруты и критерии достижения), включение технологий саморегуляции и восстановления, организация регулярной рефлексивной оценки достижений и самоконтроля, а также профессионально-ориентированная интерпретация результатов физкультурно-спортивной деятельности. Существенное значение имеет акмеологическая образовательная среда (вариативность форм занятий, поддерживающая коммуникация, цифровые инструменты мониторинга), обеспечивающая устойчивость мотивации и перенос сформированных навыков в учебно-профессиональные ситуации.

Экспериментальная апробация модульной программы показала статистически значимое улучшение всех целевых показателей в экспериментальной группе ($p < 0,001$) и превосходство относительно контрольной группы по величине прироста. Межгрупповые различия на контрольном этапе характеризовались большой величиной эффекта (Cohen's $d \approx 0,98-1,29$), что подтверждает образовательную результативность акмеологически ориентированного дизайна занятий и согласуется с гипотезой о влиянии целеполагания, саморегуляции и рефлексии на личностно-профессиональные эффекты физического воспитания.

Акмеологизация дисциплин физической культуры может быть рекомендована как ресурс повышения качества подготовки специалистов, поскольку способствует развитию устойчивых навыков саморазвития, поддержанию здоровья, повышению стрессоустойчивости и формированию профессионально значимых

личностных качеств. Для внедрения концепции в практику вузов целесообразны: включение модульной структуры и процедур рефлексии в рабочие программы, организация мониторинга индивидуального прогресса, повышение квалификации преподавателей по технологиям тьюторского сопровождения и стресс-менеджмента, а также интеграция аудиторных занятий с самостоятельной двигательной активностью студентов.

Список литературы

1. Агеев Э.Л. Пропаганда здорового образа жизни среди молодежи: индивидуализация образования / Э.Л. Агеев // Актуальные проблемы физической культуры студентов медицинских вузов: материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. (Санкт-Петербург, 16 ноября 2023 года). – СПб.: Северо-Западный государственный медицинский университет им. И.И. Мечникова, 2024. – С. 26–30. – EDN ICAATC.
2. Акмеология профессионального образования: монография / Д.К. Афанасьев, Т.И. Банникова, Е.Ю. Бычкова [и др.]. – Екатеринбург: Изд-во УМЦ УПИ, 2023. – 211 с. – EDN TLJAVU.
3. Газизуллина А.Р. Акмеологические особенности профессионального становления будущих педагогов физической культуры в процессе педагогической практики / А.Р. Газизуллина, Т.А. Баклашова // X Андреевские чтения: современные концепции и технологии творческого саморазвития личности: сборник статей участников Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Казань, 25–26 марта 2025 года). – Казань: Логос-Пресс, 2025. – С. 178–183. – EDN AFBMUP.
4. Голоко О.Н. Влияние оздоровительных занятий на физическое состояние студентов / О.Н. Голоко, А.Г. Михайлова, В.А. Лей // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2025. – №2 (74). – С. 227–234. – ISSN 2074-1774. – EDN TDZSFU.

5. Гритенюк В.Е. Отношение молодёжи к здоровому образу жизни / В.Е. Гритенюк // Образование, наука и молодежь – 2024: сборник трудов по материалам научно-практической конференции студентов и курсантов «Образование, наука и молодежь – 2024» (Керчь, 21–25 октября 2024 года). – Керчь: ФГБОУ ВО «Керченский государственный морской технологический университет», 2024. – С. 921–923. – EDN JGCNJA.

6. Жаринова Е.Н. Продуктивная деятельность субъектов образования в педагогической психологии и акмеологии фундаментального образования / Е.Н. Жаринова, И.М. Слободчиков // Казачество. – 2024. – №76 (3). – С. 96–104. – ISSN 2411-5444. – EDN DOXXUQ.

7. Заргарян А.Г. Подготовка студентов высших учебных заведений к выполнению требований современного комплекса ГТО / А.Г. Заргарян // Здоровый образ жизни и профилактическая медицина: сборник материалов III Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых и студентов (Волгоград, 30 мая 2025 года). – Волгоград: Волгоградский государственный медицинский университет, 2025. – С. 187–190. – EDN EFUSA1.

8. Киласьев И.А. Оценка физической подготовленности студенток вуза при выполнении нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО / И.А. Киласьев, Р.И. Садыков, Л.В. Соколовская // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2022. – №2 (204). – С. 204–207. – ISSN 1994-4683. – DOI: 10.34835/issn.2308–1961.2022.2.p204-207. – EDN ZJFITH.

9. Левицкая С.В. Актуальные психолого-педагогические проблемы физического воспитания в вузе / С.В. Левицкая, О.С. Плотникова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2025. – №1. – С. 28–34. – ISSN 1999-6799. – DOI: 10.53742/1999–6799/1_2025_28-34. – EDN DHIDVP.

10. Лигута В.Ф. Исследование отношения курсантов первого курса разных лет обучения к самостоятельным тренировочным занятиям / В.Ф. Лигута // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2023. – №3 (217). – С. 275–

277. – ISSN 1994–4683. – DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p275–278. – EDN UENIVW.

11. Лубышева Л.И. Особенности конструирования компетентностно-ориентированного задания при освоении социологического знания в области физической культуры и спорта / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2024. – №7. – 105 с. – ISSN 0040-3601. – EDN TXQDEM.

12. Львова А.К. Аспекты физического воспитания студентов вуза в рамках формирования здорового образа жизни / А.К. Львова // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2022. – Т. 17. № 4. – С. 141–146. – ISSN 2588-008X. – DOI: 10.14526/2070-4798-2022-17-4-141-146. – EDN OCANPX.

13. Мартиросов А.А. Прогнозирование уровня готовности к нормативным требованиям ВФСК ГТО на основе результатов выполнения легкоатлетических видов испытаний / А.А. Мартиросов, М.А. Макаренко, С.П. Аршинник // Физическая культура, спорт и туризм в высшем образовании: сборник материалов XXXVI Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых, профессорско-преподавательского состава (Ростов-на-Дону, 24–25 апреля 2025 года). – Ростов н/Д.: Ростовский государственный экономический университет «РИНХ», 2025. – С. 380–385. – EDN OZNTKK.

14. Паспорт федерального проекта «Спорт – норма жизни» (в составе национального проекта «Демография») // Министерство спорта Российской Федерации: офиц. сайт. – URL: <https://minsport.gov.ru/fed-proect-sngh/> (дата обращения: 14.02.2026).

15. Пачина Н.Н. К вопросу о развитии акмеологического знания и авторской системы деятельности (к 100-летию юбилею Н.В. Кузьминой) / Н.Н. Пачина // Человек. Общество. Наука. – 2023. – Т. 4. №3. – С. 10–14. – ISSN 3034-3151. – DOI: 10.53015/2686-8172_2023_4_3_10. – EDN GWFUVS.

16. Распоряжение Правительства РФ от 24.11.2020 №3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года»: ред. от 17.12.2024 // Правительство Российской Федерации: офиц. сайт. – URL: <https://government.ru/docs/all/131173/> (дата обращения: 14.02.2026).

17. Культуролого-акмеологический подход к модернизации высшего профессионального физкультурного образования в Российской Федерации / Ф.И. Собянин, Л.Н. Волошина, Л.А. Кадуцкая [и др.] // Модернизация высшего образования в Российской Федерации. – Ульяновск: Зебра, 2024. – С. 98–110. – EDN GDWKZB.

18. Стафеева А.В. Перспективы развития высшего профессионального образования по физической культуре в условиях новой стратегии образовательной политики государства / А.В. Стафеева, Л.В. Петрова, М.С. Краснова // Проблемы современного педагогического образования. – 2025. – №87–3. – С. 278–280. – ISSN 2311-1305. – EDN DOPEZR.

19. Темрбай Н.М. Модель совершенствования физического воспитания студентов в вузе / Н.М. Темрбай, А.Т. Калдыбаева, А.М. Байкулова // Теория и методика физической культуры. – 2025. – №2 (80). – С. 81–94. – ISSN 2306-5540. – DOI: 10.48114/2306-5540_2025_2_81. – EDN KQXUOC.

20. Трушкова Е. Индивидуальный подход к занятиям физической культурой и спортом / Е. Трушкова, А. Трушков // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2024. – №4 (36). – С. 48–55. – DOI: 10.14258/zosh(2024)4.05. – EDN PZLYLC.

21. Указ Президента РФ от 21.07.2020 №474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 22.12.2025).

22. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»: ред. от 24.06.2023 // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 14.02.2026).

23. ФГОС ВО (3++) по направлениям бакалавриата. – URL: <https://fgosvo.ru/fgosvo/index/24> (дата обращения: 14.02.2026).

24. Акмеологический подход в формировании профессионально-личностной саморегуляции в системе подготовки специалистов в сфере адаптивной физической культуры / С. Цзян, Д.И. Васиева, Л.С. Эверт [и др.]. – Т. 71. – М.: Интернаука, 2022. – С. 91–108. – EDN JKJWCS.

25. Чайченко М.В. Направленное воздействие на становление и формирование личности обучающихся средствами физической культуры / М.В. Чайченко // Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и учащейся молодежи: сборник научных статей X Международной научно-практической конференции (Витебск, 29 ноября 2023 года). – Витебск: Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2023. – С. 119–122. – EDN BWXYWJ.

26. Шикалов Н.М. Интеграция физической культуры в гуманитарном вузе: современные вызовы и перспективы / Н.М. Шикалов // Приоритетные и перспективные направления российской науки в условиях геополитической нестабильности: материалы XXII Всероссийской научно-практической конференции (Рязань, 25 сентября 2023 года). – Рязань: Концепция, 2023. – С. 129–131. – EDN THMJAV.

27. Яковлева Е.В. Акмеологические основы формирования готовности к профессионально-личностной саморегуляции у будущих специалистов по адаптивной физической культуре / Е.В. Яковлева // Системная трансформация – основа устойчивого инновационного развития. – Уфа: Аэтерна, 2022. – С. 45–80. – EDN GHEHSN.