Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Романчук Иван Сергеевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 25.03.2024 17:29:16
Уникальный программный ключ:
6319edc2b582ffdacea443f01d5779368d0957ac34f5cd074d81181530452479

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО
Заместителем директора
Института психологии
и педагогики
Плотниковой М.В.

РАЗРАБОТЧИКИ
Шаймарданова Е.В.,
Андреева О. С.

Тренинг целеполагания

Рабочая программа
для обучающихся всех направлений подготовки (специальностей)
всех форм обучения

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины:

УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания: законов личностной психодинамики и видеть их проявления в конкретном поведении людей в их взаимодействии; технологии целеполагания.

Умения: осознавать свои цели, определять степень их экологичности; проводить целеполагание совместно с собеседником; рефлексивно анализировать условия, процесс и результаты взаимодействия; использовать психотехнические средства, способствующие достижению поставленных целей.

Навыки: обладать культурой мышления, знать его общие законы, быть способным в письменной и устной речи правильно (логично) оформить его результаты; владеть инструментарием, методами организации условий для достижения целей; владеть различными методами психологического воздействия.

2. Структура и объем дисциплины

Таблица 1

Вид учебной работы		**Всего (ак.ч.)**	**Кол-во часов в семестре (ак.ч.)**
			2 семестр
Общая трудоемкость	**зач. ед.**	2	2
	час	72	72
Из них:			
Часы аудиторной работы (всего):		18	18
Лекции		0	0
Практические занятия		18	18
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0
Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося		54	54
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			дифференцированный зачет

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

№	Тематика учебных встреч	Виды аудиторной работы (в ак.час.)			Итого аудиторных ак.часов по теме
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6
1	Начало тренинга - постановка целей	0	3	0	3
2	Индивидуальный опыт целеполагания 1	0	3	0	3
3	Инструменты целеполагания.	0	3	0	3
4	Индивидуальный опыт целеполагания 2	0	3	0	3
5	Целеполагание как технология и как искусство	0	3	0	3
6	Индивидуальный опыт целеполагания 3	0	3	0	3
	Итого (ак.часов)	0	18	0	18

4. Система оценивания

Максимальное количество баллов за весь модуль –100 баллов. Баллы выставляются за каждую учебную встречу, включая зачетную.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течении семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета. Дифференцированный зачет по дисциплине проводится в устной форме (обсуждение заданий, выполненных в течении семестра).

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

– 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
– от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
– от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
– от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Доценко, Е. Л. Психология общения : учебное пособие / Е. Л. Доценко. — Тюмень : ТюмГУ, 2011. — 296 с. — ISBN 978-5-400-00486-5. — Текст : электронный // Лань :

электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/109757 (дата обращения: 20.05.2020).

2. Кови, Стивен Фокус: Достижение приоритетных целей / Стивен Кови, Стив Джонс. — Москва : Альпина Паблишер, 2019. — 163 с. — ISBN 978-5-9614-1638-1. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/82377.html (дата обращения: 20.05.2020).

3. Марасанов, Г. И. Социально-психологический тренинг / Г. И. Марасанов. — 5-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 251 с. — ISBN 5-89353-042-X. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/88390.html (дата обращения: 20.05.2020)

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. http://e.lanbook.com – Издательство «ЛАНЬ»
2. http://znanium.com – Электронно-библиотечная система «znanium.com»
3. http://www.iprbookshop.ru/ - ЭБСIPRBOOKS
4. https://library.utmn.ru/ - Электронная библиотека ТюмГУ

6. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Национальная электронная библиотека https://rusneb.ru/
2. Научная библиотека открытого доступа КиберЛенинка http://cyberleninka.ru/
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU https://elibrary.ru/

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства: операционная система MS Windows, офисный пакет MS Office, платформа MS Teams, антивирусное ПО Kaspersky;

Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: FAR manager, офисный пакет LibreOffice.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры. Обеспечено проводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет, ЭБС, электронно-образовательной среде, к современным профессиональным базам данных и информационно-справочным системам.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО
Заместителем директора
Института психологии
и педагогики
Плотниковой М.В.
РАЗРАБОТЧИК(И)
Шаймарданова Е.В.,
Андреева О.С.,
Дубровина О.И.

Тренинг успешной карьеры

Рабочая программа
для обучающихся всех направлений подготовки (специальностей)
всех форм обучения

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины:

УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания: классификации профессий; этапы профессионального развития; классические теории трудовой мотивации; принципы организации и проведения системы профессионального отбора кадров; стадии работоспособности и способы оптимизации рабочих состояний.

Умения: самостоятельно проводить анализ трудовой деятельности, реализующейся в рамках различных типов профессий; вносить предложения по повышению работоспособности; давать оценку условиям труда на примере конкретных случаев.

Навыки: методами оптимизации работоспособности; системой методов психопрофилактики профессиональных стрессов; приемами анализа стадий профессионального развития человека; приемами описания структуры деятельности профессионала в разных видах труда (психологического портрета профессионала).

2. Структура и объем дисциплины

Таблица 1

Вид учебной работы		**Всего (ак.ч.)**	**Кол-во часов в семестре (ак.ч.)**
			2 семестр
Общая трудоемкость	**зач. ед.**	2	2
	час	72	72
Из них:			
Часы аудиторной работы (всего):		18	18
Лекции		0	0
Практические занятия		18	18
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0
Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося		54	54
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			дифференцированный зачет

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

№	Тематика учебных встреч	Виды аудиторной работы (в ак.час.)			Итого аудиторных ак.часов по теме
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6
1	Психологическое сопровождение выбора профессии. Профессиональное самоопределение и карьера. Типы профессий. Классификации профессий. Основы профессиональной ориентации.	0	3	0	3
2	Работа по проектированию собственного профессионального пути 1	0	3	0	3
3	Психологический анализ деятельности. Индивидуальный стиль и учебной деятельности. Профессиональное развитие и карьера. Компетентность и компетенция как условие успешной карьеры.	0	3	0	3
4	Работа по проектированию собственного профессионального пути 2	0	3	0	3
5	Психология профессиональной работоспособности. Психология профессионального стресса.	0	3	0	3
6	Работа по проектированию собственного профессионального пути 3	0	3	0	3
	Итого (ак.часов)	0	18	0	18

4. Система оценивания

Максимальное количество баллов за весь модуль –100 баллов. Баллы выставляются за каждую учебную встречу, включая зачетную.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течении семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета. Дифференцированный зачет по дисциплине проводится в устной форме (обсуждение заданий, выполненных в течении семестра).

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

– 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
– от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
– от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
– от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Дубровина, О. И. Психология труда, инженерная психология и эргономика : учебное пособие / О. И. Дубровина. — Тюмень : ТюмГУ, 2015. — 224 с. — ISBN 978-5-400-01096-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/109766 (дата обращения: 20.05.2020).

2. Марасанов, Г. И. Социально-психологический тренинг / Г. И. Марасанов. — 5-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 251 с. — ISBN 5-89353-042-X. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/88390.html (дата обращения: 20.05.2020)

3. Толочек, В. А. Профессиональная карьера как социально-психологический феномен / В. А. Толочек. — Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2017. — 264 с. — ISBN 978-5-9270-0352-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/88093.html (дата обращения: 20.05.2020).

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. http://e.lanbook.com – Издательство «ЛАНЬ»
2.http://znanium.com – Электронно-библиотечная система «znanium.com»
3.http://www.iprbookshop.ru/ - ЭБСIPRBOOKS
4. https://library.utmn.ru/ - Электронная библиотека ТюмГУ

6. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Национальная электронная библиотека https://rusneb.ru/
2. Научная библиотека открытого доступа КиберЛенинка http://cyberleninka.ru/
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU https://elibrary.ru/

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства: операционная система MS Windows, офисный пакет MS Office, платформа MS Teams, антивирусное ПО Kaspersky;

Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: FAR manager, офисный пакет LibreOffice.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры. Обеспечено проводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет, ЭБС,

электронно-образовательной среде, к современным профессиональным базам данных и информационно-справочным системам.