

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Кудрявцев Николай Викторович  
Должность: Директор  
Дата подписания: 06.04.2022 22:49:16  
Уникальный программный ключ:  
da9e16868360688bd79a46034f1dd3af91524343

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Ишимский педагогический институт им. П.П. Ершова (филиал)  
Тюменского государственного университета**



**ТРЕНИНГ ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ**

Рабочая программа  
для обучающихся по направлению подготовки  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
профили подготовки  
Физкультурное образование; безопасность жизнедеятельности  
Технологическое образование; информатика  
Русский язык; иностранный язык (английский язык)  
Начальное образование; иностранный язык  
Начальное, дошкольное образование  
Математика; физика  
История; право  
форма обучения  
очная

Панфилова Ольга Валерьевна. Тренинг целеполагания. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) профили подготовки: Физкультурное образование; безопасность жизнедеятельности / Технологическое образование; информатика / Русский язык; иностранный язык (английский язык) / Начальное образование; иностранный язык / Начальное; дошкольное образование / Математика; физика / История; право форма(ы) обучения очная. Ишим, 2020. 15 стр.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ИПИ им. П.П. Ершова ТюмГУ: Тренинг целеполагания [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://ishim.utmn.ru/sveden/education/eduOp/>.

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ**

от 10.02.2021

Рег. номер: 1922-1 (09.02.2021 23:57:45)  
 Дисциплина: Тренинг целеполагания  
 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки): начальное; дошкольное образование/5 л. ОФО44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки): математика; физика/5 л. ОФО44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки): начальное образование; иностранный язык/5 л. ОФО44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки): технологическое образование; информатика/5 л. ОФО44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки): русский язык; иностранный язык (английский язык)/5 л. ОФО44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки): история; право/5 л. ОФО44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки): физкультурное образование; безопасность жизнедеятельности/5 л. ОФО

Учебный план:  
 Вид УМК: Электронное издание  
 Инициатор: Панфилова Ольга Валерьевна  
 Автор: Панфилова Ольга Валерьевна  
 Кафедра: Кафедра педагогики и психологии  
 УМК: Филиал ТюмГУ в г. Ишиме  
 Дата заседания УМК: 14.05.2020 0:00:00  
 Протокол заседания УМК: 9

Согласующие	ФИО	Дата получения	Дата согласования	Результат согласования	Комментарии
Зав. кафедрой (Заведующий кафедрой (к.н.))	Слизкова Елена Владимировна	09.02.2021 09:08	09.02.2021 09:44	Рекомендовано к электронному изданию	
Декан (к.н)	Еланцева Светлана Александровна	09.02.2021 09:44	09.02.2021 10:09	Согласовано	
Менеджер БМК (Начальник отдела)	Гудилова Любовь Борисовна	09.02.2021 10:09	09.02.2021 10:45	Согласовано	
Декан (к.н)	Ермакова Елена Владимировна	09.02.2021 10:45	09.02.2021 11:57	Согласовано	
Декан (к.н)	Кунгурова Ирина Михайловна	09.02.2021 11:57	09.02.2021 12:10	Согласовано	

Подписант:

Заместитель директора Поливаев Алексей Геннадьевич

Дата подписания:

09.02.2021 23:57:45

## 1. Пояснительная записка

Освоение дисциплины «Тренинг целеполагания» позволит студентам-бакалаврам научиться выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования, а также будет способствовать развитию социального взаимодействия.

**Цель:** формирование профессиональной компетентности будущего специалиста как субъекта социального взаимодействия.

### Задачи:

1. Ознакомить студентов с видами и способами постановки целей, технологиями и принципами целеполагания.
2. Способствовать осознанию возможностей трансформации проблем в цели.
5. Развивать способность выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования.
6. Развивать способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

### 1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Тренинг целеполагания» является факультативной дисциплиной и изучается студентами для углубления и расширения научно-теоретических и (или) прикладных знаний.

Входит в вариативную часть программы бакалавриата по направлению подготовки. Для освоения дисциплины бакалавры используют знания, умения, приобретенные в результате освоения предшествующих дисциплин: «Науковедение и естественнонаучное познание», «Образование как социокультурный феномен. Великие педагогические тексты и практики»; имеет междисциплинарные связи с философией, историей, являясь важным курсом в профессиональной подготовке бакалавра педагогики.

Компетенции, формируемые данной дисциплиной, направлены на совершенствование процесса профессиональной подготовки студентов посредством соединения учебного процесса с практико-ориентированной подготовкой бакалавров.

Входными знаниями и умениями обучающегося, приобретенными в результате освоения предшествующих дисциплин являются представления и понятия о психолого-педагогических фактах и закономерностях, детерминирующих становление целенаправленности субъектности учащихся в персонализированном обучении в соответствии с их личностным развитием.

### 1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Код и наименование части компетенции (при наличии паспорта компетенций)	Планируемые результаты обучения (знаниевые/функциональные)
УК-3: Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК.3.2. Планирует последовательность шагов для достижения заданного результата УК.3.4. Осуществляет выбор стратегий и тактик взаимодействия с заданной категорией людей (в зависимости от целей подготовки – по	Знает: специфику осуществления социального взаимодействия и реализации своей роли в команде Умеет: взаимодействовать с участниками команды, осуществляя выбор стратегий и тактик взаимодействия с заданной категорией людей.

	возрастными особенностями, по этническому и религиозному признаку, по принадлежности к социальной группе	
УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК.6.1. Определяет свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели. УК.6.3. Владеет умением рационального распределения временных и информационных ресурсов	Знает свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели Умеет рационально распределять временные и информационные ресурсы, обобщать и транслировать свои индивидуальные достижения на пути реализации задач саморазвития

## 2. Структура и объем дисциплины

Таблица 1

Вид учебной работы	Всего часов (академические часы)	Часов в семестре (академические часы)
		2 семестр
<b>Общий объем</b>	<b>зач. ед.</b>	<b>2</b>
	<b>час</b>	<b>72</b>
Из них:		
<b>Часы аудиторной работы (всего):</b>	<b>18</b>	<b>18</b>
Лекции	-	-
Практические занятия	18	18
Лабораторные / практические занятия по подгруппам	-	-
<b>Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося</b>	<b>54</b>	<b>54</b>
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>

## 3. Система оценивания

### 3.1. Формой промежуточной аттестации является зачет.

Шкала перевода баллов в оценки:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено»;

Студенты, набравшие по дисциплине менее 30 баллов, к зачету не допускаются. Студенты, не допущенные к сдаче зачета, сдают текущие формы контроля в соответствии с установленным графиком и набирают пороговое значение баллов. Если в период проведения текущей аттестации студент набрал 61 балл и более, то он автоматически получает зачет. Студентам, не набравшим в семестре необходимого количества баллов по уважительной причине (болезнь, участие в соревнованиях, стажировка и др.), устанавливаются индивидуальные сроки сдачи зачета.

Система оценивания реферата, мультимедийной презентации и других форм: оценка «2» (0 – 1 баллов); оценка «3» (2 – 4 баллов); оценка «4» (5 – 7 баллов); оценка «5» (8 – 10 баллов).

Подробная система оценивания в п.5.

#### 4. Содержание дисциплины

##### 4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2

Тематический план для очной формы обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Тренинг целеполагания: понятие и принципы групповой работы	4	-	4	-	
2.	Развитие способностей самоопределения, прогнозирования и преодоления жизненных преград	4	-	4	-	
3.	Актуализация жизненных целей и развитие мотивации к их достижению	4	-	4	-	
4.	Обратная связь	2	-	2		
5.	Ценности. Стратегические цели. Нацеленность на результат	2	-	2	-	
6.	Повышение уверенности в достижении жизненных целей	2	-	2	-	
	Зачет					0,2
	Итого (часов)	18	-	18		0,2

##### 4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

**Лекционные занятия по данным учебным планам не предусмотрены.**

**Вид аудиторной работы: практические занятия**

**Практические занятия 1-2.** Тренинг целеполагания: понятие и принципы групповой работы.

**Вопросы темы:**

1. Понятие целеполагания и его функции.
2. Принципы целеполагания.
3. Этапы целеполагания.
4. Стратегическое целеполагание.
5. Методы целеполагания.
6. Значение целеполагания в профессиональной сфере и жизни в целом.
7. Тренинг как форма целеполагания
8. Принципы групповой работы в тренинге целеполагания

**Практические занятия 3-4.** Развитие способностей самоопределения, прогнозирования и преодоления жизненных преград.

**Вопросы темы:**

1. Трансформация проблем в цели, выработка правильной постановки цели и управление своим временем.
2. Формула личной эффективности.
3. Развитие способности самоопределения, прогнозирования.
4. Техники преодоления жизненных преград.

**Практические занятия 5-6.** Актуализация жизненных целей и развитие мотивации к их достижению.

**Вопросы темы:**

1. Актуализация жизненных целей.
2. Техники развития мотивации к достижению целей.
3. Мотивация и цели, их связь и взаимовлияние.
4. Определение самомотивации.
5. Негативная и позитивная мотивации, их достоинства и недостатки.
6. Фокус внимания.
7. Закон компенсации и баланса.
8. Система поддерживающих убеждений.

**Практическое занятие 7.** Обратная связь.

**Вопросы темы:**

1. Техники развития обратной связи.
2. Осознание степени влияния людей друг на друга.

**Практическое занятие 8.** Ценности. Стратегические цели. Нацеленность на результат.

**Вопросы темы:**

1. Анализ работы над достижением цели.
2. Ценности как основа формулирования стратегических целей.
3. Управление временем. Расстановка приоритетов.

**Практическое занятие 9.** Повышение уверенности в достижении жизненных целей.

**Вопросы темы:**

1. Анализ работы над достижением цели.
2. Стратегии мотивации с помощью дыхания.
3. Факторы успеха и неудачи в достижении цели.
4. Проверка целей.
5. Оценка последствий достижения цели.

**Лабораторные занятия по данным учебным планам не предусмотрены.**

**5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся**

Таблица 3

№ темы	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
1.	Тренинг целеполагания: понятие и принципы групповой работы	<p><b>Вид самостоятельной работы: Деловая игра</b></p> <p><b>Критерии оценки:</b></p> <p>Оценка «5» – каждым студентом предьявлен вариант своего понимания проблемы; появление у студентов нового смысла обсуждаемой проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы достаточно высокая; при выработке решений использованы рекомендуемые приемы, методы; лимит времени не превышен; проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры учтены; принятое решение рационально; ошибки или противоречия в решении отсутствуют; проявляется техническая грамотность оформления решений; отмечается быстрота принятия решений; осуществлена экспертиза решений других групп, проявляется аргументированность при защите своих решений; ярко выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Оценка «4» - предьявлен вариант своего понимания проблемы; появление у некоторых студентов нового смысла обсуждаемой проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы достаточно высокая; при выработке решений использованы рекомендуемые приемы, методы; лимит времени не превышен; проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры не всегда учитываются; принятое решение рационально; имеется ряд ошибок или противоречий в решении; проявляется техническая грамотность оформления решений; отмечается быстрота принятия решений; осуществлена экспертиза решений других групп, проявляется аргументированность при защите своих решений; выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Оценка «3» – предьявлен вариант своего понимания проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы низкая; при выработке решений использованы отдельные рекомендуемые приемы, методы; лимит времени превышен; слабо проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры не всегда учитываются; принятое решение рационально; имеется ряд ошибок или противоречий в решении; техническая грамотность оформления решений не проявляется; отмечается затруднения в принятии решений; слабо проявляется аргументированность при защите своих решений; не выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Оценка «2» – предьявлен сомнительный вариант</p>

		<p>своего понимания проблемы; степень согласованности, возникшая при обсуждении проблемы отсутствует; при выработке решений не использованы рекомендуемые приемы, методы; лимит времени превышен; не проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры не учитываются; принятое решение не рационально; имеются грубые ошибки или противоречия в решении; техническая грамотность оформления решений отсутствует; отмечается затруднения в принятии решений; не проявляется аргументированность при защите своих решений; не выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Итого по представленным критериям: 10 баллов. Ранжирование баллов: оценка «2» (0 – 1 баллов); оценка «3» (2 – 4 баллов); оценка «4» (5 – 7 баллов); оценка «5» (8 – 10 баллов).</p> <p><b>Максимальное количество баллов: 0 – 10.</b></p>
2.	Развитие способностей самоопределения, прогнозирования и преодоления жизненных преград	<p><i>Вид самостоятельной работы: Тренинг</i></p> <p><i>Критерии оценки:</i></p> <p>Оценка «5» – участники тренинга доброжелательны, принимают все, что предлагает тренер группы; факты, навыки и принципы были усвоены участниками, они выработали способность в какой-то степени пользоваться ими; все выученное на тренинге не только усвоено участниками, но и проявляется в изменении их поведения; цель тренинга достигнута полностью.</p> <p>Оценка «4» - участники тренинга доброжелательны, принимают все, что предлагает тренер группы; основные факты, навыки и принципы были усвоены участниками, они выработали способность в какой-то степени пользоваться ими; все выученное на тренинге усвоено участниками; цель тренинга достигнута.</p> <p>Оценка «3» – не все участники тренинга, принимают все, что предлагает тренер группы, проявляется настороженность и опасение; факты, навыки и принципы были усвоены участниками частично; выученное на тренинге усвоено не всеми участниками; цель тренинга достигнута частично.</p> <p>Оценка «2» – большинство или все тренинга, не принимают то, что предлагает тренер группы, проявляется настороженность и опасение; факты, навыки и принципы не были усвоены участниками; цель тренинга не достигнута.</p> <p>Ранжирование баллов: оценка «2» (0 – 1 баллов); оценка «3» (2 – 4 баллов); оценка «4» (5 – 7 баллов); оценка «5» (8 – 10 баллов).</p> <p><b>Максимальное количество баллов: 0 – 10.</b></p>
3.	Актуализация жизненных целей и развитие мотивации к их достижению.	<p><i>Вид самостоятельной работы: Деловая игра</i></p> <p><i>Критерии оценки:</i></p> <p>Оценка «5» – каждым студентом предъявлен вариант</p>

		<p>своего понимания проблемы; появление у студентов нового смысла обсуждаемой проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы достаточно высокая; при выработке решений использованы рекомендуемые приемы, методы; лимит времени не превышен; проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры учтены; принятое решение рационально; ошибки или противоречия в решении отсутствуют; проявляется техническая грамотность оформления решений; отмечается быстрота принятия решений; осуществлена экспертиза решений других групп, проявляется аргументированность при защите своих решений; ярко выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Оценка «4» - предъявлен вариант своего понимания проблемы; появление у некоторых студентов нового смысла обсуждаемой проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы достаточно высокая; при выработке решений использованы рекомендуемые приемы, методы; лимит времени не превышен; проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры не всегда учитываются; принятое решение рационально; имеется ряд ошибок или противоречий в решении; проявляется техническая грамотность оформления решений; отмечается быстрота принятия решений; осуществлена экспертиза решений других групп, проявляется аргументированность при защите своих решений; выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Оценка «3» – предъявлен вариант своего понимания проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы низкая; при выработке решений использованы отдельные рекомендуемые приемы, методы; лимит времени превышен; слабо проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры не всегда учитываются; принятое решение рационально; имеется ряд ошибок или противоречий в решении; техническая грамотность оформления решений не проявляется; отмечается затруднения в принятии решений; слабо проявляется аргументированность при защите своих решений; не выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Оценка «2» – предъявлен сомнительный вариант своего понимания проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы отсутствует; при выработке решений не использованы рекомендуемые приемы, методы; лимит времени превышен; не проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения</p>
--	--	---

		<p>игры не учитываются; принятое решение не рационально; имеются грубые ошибки или противоречия в решении; техническая грамотность оформления решений отсутствует; отмечается затруднения в принятии решений; не проявляется аргументированность при защите своих решений; не выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Итого по представленным критериям: 10 баллов.  Ранжирование баллов: оценка «2» (0 – 1 баллов); оценка «3» (2 – 4 баллов); оценка «4» (5 – 7 баллов); оценка «5» (8 – 10 баллов).</p> <p><b>Максимальное количество баллов: 0 – 10.</b></p>
4.	Обратная связь	<p><i>Вид самостоятельной работы: Тренинг</i>  <i>Критерии оценки:</i>  Оценка «5» – участники тренинга доброжелательны, принимают все, что предлагает тренер группы; факты, навыки и принципы были усвоены участниками, они выработали способность в какой-то степени пользоваться ими; все выученное на тренинге не только усвоено участниками, но и проявляется в изменении их поведения; цель тренинга достигнута полностью.</p> <p>Оценка «4» - участники тренинга доброжелательны, принимают все, что предлагает тренер группы; основные факты, навыки и принципы были усвоены участниками, они выработали способность в какой-то степени пользоваться ими; все выученное на тренинге усвоено участниками; цель тренинга достигнута.</p> <p>Оценка «3» – не все участники тренинга, принимают все, что предлагает тренер группы, проявляется настороженность и опасение; факты, навыки и принципы были усвоены участниками частично; выученное на тренинге усвоено не всеми участниками; цель тренинга достигнута частично.</p> <p>Оценка «2» – большинство или все тренинга, не принимают то, что предлагает тренер группы, проявляется настороженность и опасение; факты, навыки и принципы не были усвоены участниками; цель тренинга не достигнута.</p> <p>Ранжирование баллов: оценка «2» (0 – 1 баллов); оценка «3» (2 – 4 баллов); оценка «4» (5 – 7 баллов); оценка «5» (8 – 10 баллов).</p> <p><b>Максимальное количество баллов: 0 – 10.</b></p>
5.	Ценности. Стратегические цели. Нацеленность на результат	<p><i>Вид самостоятельной работы: Деловая игра</i>  <i>Критерии оценки:</i>  Оценка «5» – каждым студентом предъявлен вариант своего понимания проблемы; появление у студентов нового смысла обсуждаемой проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы достаточно высокая; при выработке решений использованы рекомендуемые приемы, методы; лимит времени не превышен; проявляется</p>

		<p>новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры учтены; принятое решение рационально; ошибки или противоречия в решении отсутствуют; проявляется техническая грамотность оформления решений; отмечается быстрота принятия решений; осуществлена экспертиза решений других групп, проявляется аргументированность при защите своих решений; ярко выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Оценка «4» - предьявлен вариант своего понимания проблемы; появление у некоторых студентов нового смысла обсуждаемой проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы достаточно высокая; при выработке решений использованы рекомендуемые приемы, методы; лимит времени не превышен; проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры не всегда учитываются; принятое решение рационально; имеется ряд ошибок или противоречий в решении; проявляется техническая грамотность оформления решений; отмечается быстрота принятия решений; осуществлена экспертиза решений других групп, проявляется аргументированность при защите своих решений; выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Оценка «3» – предьявлен вариант своего понимания проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы низкая; при выработке решений использованы отдельные рекомендуемые приемы, методы; лимит времени превышен; слабо проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры не всегда учитываются; принятое решение рационально; имеется ряд ошибок или противоречий в решении; техническая грамотность оформления решений не проявляется; отмечается затруднения в принятии решений; слабо проявляется аргументированность при защите своих решений; не выражена согласованность решения внутри группы.</p> <p>Оценка «2» – предьявлен сомнительный вариант своего понимания проблемы; степень согласованности, возникающая при обсуждении проблемы отсутствует; при выработке решений не использованы рекомендуемые приемы, методы; лимит времени превышен; не проявляется новизна, оригинальность, нестандартность действий студентов; ограничения игры не учитываются; принятое решение не рационально; имеются грубые ошибки или противоречия в решении; техническая грамотность оформления решений отсутствует; отмечается затруднения в принятии решений; не проявляется аргументированность при защите своих решений; не</p>
--	--	--

		<p>выражена согласованность решения внутри группы. Итого по представленным критериям: 10 баллов. Ранжирование баллов: оценка «2» (0 – 1 баллов); оценка «3» (2 – 4 баллов); оценка «4» (5 – 7 баллов); оценка «5» (8 – 10 баллов).</p> <p><b>Максимальное количество баллов: 0 – 10.</b></p>
6.	Повышение уверенности в достижении жизненных целей	<p><i>Вид самостоятельной работы: Тренинг</i> <i>Критерии оценки:</i> Оценка «5» – участники тренинга доброжелательны, принимают все, что предлагает тренер группы; факты, навыки и принципы были усвоены участниками, они выработали способность в какой-то степени пользоваться ими; все выученное на тренинге не только усвоено участниками, но и проявляется в изменении их поведения; цель тренинга достигнута полностью. Оценка «4» - участники тренинга доброжелательны, принимают все, что предлагает тренер группы; основные факты, навыки и принципы были усвоены участниками, они выработали способность в какой-то степени пользоваться ими; все выученное на тренинге усвоено участниками; цель тренинга достигнута. Оценка «3» – не все участники тренинга, принимают все, что предлагает тренер группы, проявляется осторожность и опасение; факты, навыки и принципы были усвоены участниками частично; выученное на тренинге усвоено не всеми участниками; цель тренинга достигнута частично. Оценка «2» – большинство или все тренинга, не принимают то, что предлагает тренер группы, проявляется осторожность и опасение; факты, навыки и принципы не были усвоены участниками; цель тренинга не достигнута. Ранжирование баллов: оценка «2» (0 – 1 баллов); оценка «3» (2 – 4 баллов); оценка «4» (5 – 7 баллов); оценка «5» (8 – 10 баллов).</p> <p><b>Максимальное количество баллов: 0 – 10.</b></p>

## 6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

### 6.1 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Формой промежуточной аттестации является зачет.

#### ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ

1. Понятие целеполагания и его функции.
2. Принципы целеполагания.
3. Этапы целеполагания.
4. Стратегическое целеполагание.
5. Методы целеполагания.
6. Значение целеполагания в профессиональной сфере и жизни в целом.
7. Тренинг как форма целеполагания

8. Принципы групповой работы в тренинге целеполагания
9. Трансформация проблем в цели, выработка правильной постановки цели и управление своим временем.
10. Формула личной эффективности.
11. Развитие способности самоопределения, прогнозирования.
12. Техники преодоления жизненных преград.
13. Актуализация жизненных целей.
14. Техники развития мотивации к достижению целей.
15. Мотивация и цели, их связь и взаимовлияние.
16. Определение самомотивации.
17. Негативная и позитивная мотивации, их достоинства и недостатки.
18. Фокус внимания.
19. Закон компенсации и баланса.
20. Система поддерживающих убеждений.
21. Техники развития обратной связи.
22. Осознание степени влияния людей друг на друга.
23. Анализ работы над достижением цели.
24. Ценности как основа формулирования стратегических целей.
25. Управление временем. Расстановка приоритетов.
26. Анализ работы над достижением цели.
27. Стратегии мотивации с помощью дыхания.
28. Факторы успеха и неудачи в достижении цели.
29. Проверка целей.
30. Оценка последствий достижения цели.

## 6.2 Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

### Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания
1.	УК-3: Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК.3.2. Планирует последовательность шагов для достижения заданного результата УК.3.4. Осуществляет выбор стратегий и тактик взаимодействия с заданной категорией людей (в зависимости от целей подготовки – по возрастным особенностям, по этническому и религиозному признаку, по принадлежности к социальной группе)	Деловая игра Тренинг	Грамотно осуществляет социальное взаимодействие, успешно выполняя свою роль в команде
2.	УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать	УК.6.1. Определяет свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели.	Деловая игра Тренинг	Успешно выстраивает и реализовывает траекторию саморазвития на

траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК.6.3. Владеет умением рационального распределения временных и информационных ресурсов	основе принципов образования; грамотно управляет своим временем
--	---	---

## **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **7.1. Основная литература:**

1. Пахальян, В. Э. Практическая психология. Введение : учеб. пособие / В. Э. Пахальян. - 2-е изд. - Саратов, 2018. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/76800> (дата обращения: 15.03.2020). Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

2. Турбовской Я.С. Технология педагогического целеполагания : монография / Я.С. Турбовской, В.С. Филинова. – Москва: ИНФРА-М, 2021. - URL : <https://znanium.com/read?id=287626> (дата обращения: 15.03.2020). Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

### **7.2. Дополнительная литература:**

1. Евтихов, О.В. Практика психологического тренинга / О.В. Евтихов. – Санкт-Петербург, 2004. - URL : <https://znanium.com/read?id=287626> (дата обращения: 15.03.2020). Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

2. Когон, К. Пять правил выдающейся эффективности. Как достигать главных целей без перегрузок и выгорания : учеб. пособие / Кори Когон, Адам Меррилл, Лина Риннэ; пер. с англ. – Москва: Альпина Паблишер, 2016. - URL : <https://znanium.com/read?id=287626> (дата обращения: 15.03.2020). Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

### **7.3. Интернет-ресурсы: нет.**

**7.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы: нет.**

## **8. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

– Лицензионное ПО:

операционная система Альт Образование,  
офисный пакет Libre Office (Writer, Impress, Draw, Base, Calc, Math),  
платформа для электронного обучения Microsoft Teams

## **9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа № 27 на 34 посадочных места оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное оборудование, персональный компьютер.

На ПК установлено следующее программное обеспечение:

платформа MS Teams, операционная система UbuntuLTS, офисный пакет Libre Office, сетевые браузеры Chromium, Яндекс Браузер.

Обеспечено беспроводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет.