

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ



УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель ООП

Лукьянов О.В.

«*15*» *мая* 2020 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
Тайм-менеджмент**

Направление подготовки  
**37.03.01 Психология**

Профиль подготовки  
**Психолог в социальных практиках**

Квалификация (степень) выпускника  
**Бакалавр**

**Форма промежуточной аттестации по дисциплине – зачет.**

**Перечень компетенций** выпускников образовательной программы, в формировании которых участвует дисциплина (модуль):

ПК-6 - способность к постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской практической деятельности.

## КАРТА КОМПЕТЕНЦИИ

КОМПЕТЕНЦИЯ: ПК-6 «Способность к постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности»

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОМПЕТЕНЦИИ

Профессиональная компетенция выпускника образовательной программы уровня высшего образования (ВО) бакалавриата по направлению «Психология»

Компетенция ПК - 6 связана с такими компетенциями как:

ПК-8 (способность к проведению стандартного прикладного исследования в определенной области психологии) и ПК-10 (способность к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активны и интерактивных методов обучения и инновационных технологий).

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ

#### И КРИТЕРИИ ИХ ОЦЕНИВАНИЯ

Этап (уровень) освоения компетенции*	Планируемые результаты обучения**  (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения				
		1	2	3	4	5

Первый этап (базовый, пороговый)  <b>(ПК-6) –I</b>	<p>Владеть:</p> <p>Категориальным аппаратом, позволяющим эксплицировать специфику и смыслы явлений, изучаемых психологической наукой В (ПК-6) –I</p>	<p>Не владеет категориальным аппаратом, позволяющим эксплицировать специфику и смыслы явлений, изучаемых психологической наукой</p>	<p>Владеет слабо категориальным аппаратом, позволяющим эксплицировать специфику и смыслы явлений, изучаемых психологической наукой</p>	<p>Владеет в достаточной степени категориальным аппаратом, позволяющим эксплицировать специфику и смыслы явлений, изучаемых психологической наукой</p>	<p>Владеет достаточно выражено категориальным аппаратом, позволяющим эксплицировать специфику и смыслы явлений, изучаемых психологической наукой</p>	<p>Владеет полностью категориальным аппаратом, позволяющим эксплицировать специфику и смыслы явлений, изучаемых психологической наукой</p>
	<p>Уметь:</p> <p>Сформулировать проблему, объект, предмет, гипотезу и поставить исследовательскую или практическую задачу в соответствии с ситуацией У (ПК-6) –I</p>	<p>Не умеет формулировать проблему, объект, предмет, гипотезу и поставить исследовательскую или практическую задачу в соответствии с ситуацией</p>	<p>Умеет в слабой степени формулировать проблему, объект, предмет, гипотезу и поставить исследовательскую или практическую задачу в соответствии с ситуацией</p>	<p>Умеет в достаточной степени формулировать проблему, объект, предмет, гипотезу и поставить исследовательскую или практическую задачу в соответствии с ситуацией</p>	<p>Умеет достаточно выражено формулировать проблему, объект, предмет, гипотезу и поставить исследовательскую или практическую задачу в соответствии с ситуацией</p>	<p>Умеет полностью формулировать проблему, объект, предмет, гипотезу и поставить исследовательскую или практическую задачу в соответствии с ситуацией</p>
	<p>Знать:</p> <p>Специфику постановки исследовательских и практических задач в отношении различных масштабов и уровней сложности психологических явлений 3 (ПК-6) –I</p>	<p>Не знает специфику постановки исследовательских и практических задач в отношении различных масштабов и уровней сложности психологических явлений</p>	<p>Знает в слабой степени специфику постановки исследовательских и практических задач в отношении различных масштабов и уровней сложности психологических явлений</p>	<p>Знает в умеренном объеме специфику постановки исследовательских и практических задач в отношении различных масштабов и уровней сложности психологических явлений</p>	<p>Знает в большом объеме специфику постановки исследовательских и практических задач в отношении различных масштабов и уровней сложности психологических явлений</p>	<p>Знает полностью специфику постановки исследовательских и практических задач в отношении различных масштабов и уровней сложности психологических явлений</p>

	Владеть:  Категориальным аппаратом современных методологических подходов В (ПК-6) –II	Не владеет категориальным аппаратом современных методологических подходов	Владеет слабо категориальным аппаратом современных методологических подходов	Владеет в достаточной степени категориальным аппаратом современных методологических подходов	Владеет достаточно выражено категориальным аппаратом современных методологических подходов	Владеет полностью категориальным аппаратом современных методологических подходов
Второй этап (продвинутый уровень) <b>(ПК-6) –II</b>	Уметь:  Определять соответствие дискурса проблемы и дискурса методологических подходов У (ПК-6) –II	Не умеет определять соответствие дискурса проблемы и дискурса методологических подходов	Умеет в слабой степени определять соответствие дискурса проблемы и дискурса методологических подходов	Умеет в достаточной степени определять соответствие дискурса проблемы и дискурса методологических подходов	Умеет достаточно выражено определять соответствие дискурса проблемы и дискурса методологических подходов	Умеет полностью определять соответствие дискурса проблемы и дискурса методологических подходов
	Знать:  Требования по оформлению документации, связанной с постановкой исследовательских и практических задач 3 (ПК-6) –II	Не знает требования по оформлению документации, связанной с постановкой исследовательских и практических задач	Знает в слабой степени требования по оформлению документации, связанной с постановкой исследовательских и практических задач	Знает в умеренном объеме требования по оформлению документации, связанной с постановкой исследовательских и практических задач	Знает в большом объеме требования по оформлению документации, связанной с постановкой исследовательских и практических задач	Знает полностью требования по оформлению документации, связанной с постановкой исследовательских и практических задач
Третий этап (углубленный уровень) <b>(ПК-6) –III</b>	Владеть:  Инструментами анализа, экспертизы и составления публикаций, отчетов, заявок, по решению исследовательских и практических задач В (ПК-6) –III	Не владеет инструментами анализа, экспертизы и составления публикаций, отчетов, заявок, по решению исследовательских и практических задач	Владеет слабо инструментами анализа, экспертизы и составления публикаций, отчетов, заявок, по решению исследовательских и практических задач	Владеет в достаточной степени инструментами анализа, экспертизы и составления публикаций, отчетов, заявок, по решению исследовательских и практических задач	Владеет достаточно выражено инструментами анализа, экспертизы и составления публикаций, отчетов, заявок, по решению исследовательских и практических задач	Владеет полностью инструментами анализа, экспертизы и составления публикаций, отчетов, заявок, по решению исследовательских и практических задач

	<p>Уметь:</p> <p>Оформить заявку, проект, отчет, публикацию по постановке и решению исследовательской или практической задачи У (ПК-6) –III</p>	<p>Не умеет оформить заявку, проект, отчет, публикацию по постановке и решению исследовательской или практической задачи</p>	<p>Умеет в слабой степени оформить заявку, проект, отчет, публикацию по постановке и решению исследовательской или практической задачи</p>	<p>Умеет в достаточной степени оформить заявку, проект, отчет, публикацию по постановке и решению исследовательской или практической задачи</p>	<p>Умеет достаточно выражено оформить заявку, проект, отчет, публикацию по постановке и решению исследовательской или практической задачи</p>	<p>Умеет полностью оформить заявку, проект, отчет, публикацию по постановке и решению исследовательской или практической задачи</p>
	<p>Знать:</p> <p>Актуальные тренды и масштабы постановки исследовательских и практических задач в регионе, стране, мире З (ПК-6) –III</p>	<p>Не знает актуальные тренды и масштабы постановки исследовательских и практических задач в регионе, стране, мире</p>	<p>Знает в слабой степени актуальные тренды и масштабы постановки исследовательских и практических задач в регионе, стране, мире</p>	<p>Знает в умеренном объеме актуальные тренды и масштабы постановки исследовательских и практических задач в регионе, стране, мире</p>	<p>Знает в большом объеме актуальные тренды и масштабы постановки исследовательских и практических задач в регионе, стране, мире</p>	<p>Знает полностью актуальные тренды и масштабы постановки исследовательских и практических задач в регионе, стране, мире</p>

**Зачет в первом семестре** проводится в устной форме по билетам. Билет содержит теоретический вопрос и два практических. Продолжительность зачета 1,5 часа.

Примерный перечень теоретических вопросов

1. Тайм-менеджмент, основные характеристики и понятия.
2. Тайм-менеджмент и функциональные характеристики личности.
3. Цель, характеристики цели. Целеполагание, принципы целеполагания.
4. Ценность. Иерархия ценностей.
5. «Поглотители времени». Оптимизация расходов времени.
6. Направления расходования времени.
7. Подходы к планированию времени.
8. Инструменты планирования времени.
9. Самомотивация. Инструменты самомотивации.
10. Самоэффективность личности в деятельности.
11. Влияние внешних и внутренних факторов на эффективность деятельности личности.
12. Тайм-менеджмент в организации.
13. Организация времени сотрудников.
14. Необходимость правильного планирования в организации.
15. Временные ресурсы человека.

Примеры заданий:

По разделу 1. Введение в тайм-менеджмент студентам предлагается написать эссе на тему восприятия ими времени, ответив на вопрос «Для чего мне нужен тайм-менеджмент?» Объем эссе должен составлять не менее 2х страниц формата А4 и содержать содержательное рассуждение по теме.

По разделу 2. Персональная эффективность, предлагается выполнение заданий, направленных на самообследование темпоральных особенностей когнитивной деятельности и изучение интуитивных представления человека о своём времени, что позволит составить картину своего временного пространства, обличить и визуализировать интуитивные представления и механизмы индивидуальной темпоральной организации для повышения личной и профессиональной эффективности.

«Семантический дифференциал времени»

Цель – изучить представления о времени через пары семантических понятий, расположенных в поле прошлого, настоящего и будущего.

«Дневник на неделю (7 дней)»

Цель: определение эффективности времяпрепровождения, поиск поглотителей времени.

Задания для зачета выполняются индивидуально заранее, на зачет студент представляет результат и его подробную интерпретацию.

Результаты зачета определяются оценками «зачтено», «не зачтено»

**Итоговая оценка**, выставляемая в зачетную книжку и ведомость, складывается из итогового балла, полученного студентом за работу в семестре, и балла, полученного по итогам зачета.

Распределение весов при расчете итоговой оценки:

- итоговый балл за работу в семестре – 0,6

- итоговый балл, полученный за работу непосредственно на зачете – 0,4