Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демченко Альберт Михайлович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 02.11.2026 08:33:20
Уникальный программный ключ:
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта
и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по УВР
к.п.н., доцент Фендель Т.В.
_____
«29» октября 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Тренинг командообразования (Б1.В.09)

Направление подготовки	*39.03.03 Организация работы с молодежью*
Направленность (профиль) программы бакалавриата	*«Координатор молодежных инициатив в образовании и спорте»*
Квалификация выпускника	*бакалавр*
Год начала подготовки (по учебному плану)	*2027*
Форма обучения, семестр	*очная: 1 семестр*
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	*зачетных единиц: 2* *часов: 72*
Промежуточная аттестация	*зачет*

Разработчик рабочей программы:
_____
Борина Ю.Ю., к.п.н., доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТиМФКСиБЖД
Протокол от «06» октября 2026 г. № 2.

Рабочая программа одобрена на заседании УМС
Протокол от «20» октября 2026 г. № 2.

Чайковский 2026

1 Цель и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся компетенций в области построения эффективного командного взаимодействия, развитие навыков совместной работы, коммуникации и разрешения конфликтов для успешной реализации профессиональных и социально значимых задач.

1.2 Задачи дисциплины

– формирование знаний основных приёмов и норм социального взаимодействия;
– развитие умений устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе;
– обеспечение владение навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности;
– формирование знаний технологий организации досуга и отдыха детей, подростков и молодёжи в спортивной сфере;
– развитие умений формирования планов и программ по организации досуга и отдыха;
– обеспечение владений навыками анализа и самоанализа качества организации досуга и отдыха.

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Тренинг командообразования» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Тренинг командообразования» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемая компетенция	Индикаторы достижения компетенции
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	**УК-3.1 Знает** основные приемы и нормы социального взаимодействия. **УК-3.2 Умеет** устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе. **УК-3.3 Владеет** навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности.
ПК-4 Способен организовывать досуг и отдых детей, подростков и молодежи в спортивной сфере	**ПК-4.1 Знает** технологии организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи в спортивной сфере; порядок разработки и реализации программ, проектов и мероприятий по основным направлениям молодежной политики. **ПК-4.2 Умеет** формировать планы и программы по вопросам организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи в спортивной сфере; разрабатывать и реализовывать программы, проекты и мероприятия по основным направлениям молодежной политики.

Формируемая компетенция	Индикаторы достижения компетенции
	ПК-4.3 Владеет навыком реализации мероприятий досуга и отдыха детей, подростков и молодежи в спортивной сфере; навыками организации и проведения программ, проектов и мероприятий по основным направлениям молодежной политики.
Профессиональный стандарт 03.015 «Специалист по работе с молодежью», ОТФ: «Реализация мероприятий (проектов, программ) и координация деятельности в сфере молодежной политики», Трудовая функция: В/02.6 «Реализация программ, проектов и мероприятий по основным направлениям молодежной политики»	

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	*Виды учебной работы*	*Трудоемкость в часах*	
		1 семестр	*Всего*
1	Контактная работа	36	36
1.1	Занятия лекционного типа	14	14
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	22/0	22/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	36/0	36/0
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины: *в академических часах* *в зачетных единицах*	 72 2	 72 2

4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

5 Структура и содержание дисциплины

5.1 Модульный тематический план

№ темы	*Темы дисциплины*	*Виды учебной работы и трудоемкость, в часах*				*Трудоемкость, в часах*
		Контактная работа			*Самостоятельная работа*	
		Занятия лекционного типа	*Занятия семинарского типа*			
			Всего	*в т.ч. в форме практической подготовки*		
1	Социально-психологические аспекты командообразования	4	4	0	10	18
2	Организация работы в команде и распределение ролей	4	4	0	10	18
3	Жизненные циклы команды: динамика внутрикомандных процессов	2	6	0	10	18
4	Мониторинг эффективности команды	4	8	0	6	18
	Итого:	14	22	0	36	72

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

№ темы	*Содержание*
1	*Тема Социально-психологические аспекты командообразования*
	Занятия лекционного типа 1-2. Определение команды (К. Катценбах, Дж. Смит, отечественные подходы). Признаки команды: общая цель, взаимозависимость, распределение ролей, совместная ответственность, устойчивое взаимодействие. Отличие команды от рабочей группы, коллектива, формальной и неформальной группы. Групповая динамика: сплочённость, конформность, групповая поляризация. Социальная фасилитация и ингибиция. Эффект синергии. Социальная леность (эффект Рингельмана). Групповое мышление (И. Джанис). Типология командных ролей (Р. М. Белбин): координатор, генератор идей, исполнитель, контролёр, дипломат и др. Влияние индивидуально-психологических особенностей (темперамент, характер, мотивация) на командное взаимодействие. Понятие «командная совместимость» и «сработанность». Стили лидерства и их влияние на климат в команде (авторитарный, демократический, либеральный, ситуативный). Роль неформального лидера. Коммуникативные барьеры и способы их преодоления. Обратная связь как инструмент развития команды.
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1. Знакомство с командными ролями и диагностика групповой динамики.

	Практические упражнения: «Командные роли: кто я?» (работа с опросником опросником Белбина), «Слепой и поводырь», «Башня из бумаги», «Обратная связь по кругу».
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2. Командное взаимодействие в условиях неопределённости и конфликта. Практические упражнения в команде: «Верёвочный курс», «Потерянный багаж», Ролевая игра «Конфликт в команде», «Круг благодарности».
	Самостоятельная работа. 1. Разработать эссе на тему «Моя идеальная команда: какие роли в ней должны быть представлены и почему?» 2. Разработать сценарий командообразующего мероприятия для подростков/молодежи и обосновать выбор упражнений. Подготовка к зачету.
2	*Тема Организация работы в команде и распределение ролей*
	Занятия лекционного типа 3-4. Понятие организации командной работы. Отличие командной работы от индивидуальной и групповой деятельности. Ключевые принципы организации работы в команде. Роль руководителя (капитана, лидера) в организации командной работы. Подходы к распределению ролей в команде. Факторы эффективного распределения ролей. Учёт индивидуально-психологических особенностей участников (темперамент, характер, мотивация, компетенции). Типичные ошибки при распределении ролей и их последствия (дублирование ролей, отсутствие ключевых ролей, навязывание ролей, жёсткое закрепление ролей, игнорирование неформальных лидеров). Практические инструменты распределения ролей (диагностика командных ролей, командная сессия по распределению ролей, матрица ответственности (RACI), использование чек-листов для оценки сбалансированности ролей в команде.
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3. Роли в команде: диагностика и первое распределение. Практические упражнения: «Собери команду», «Обратная связь по ролям». «Кто я в команде?», «Ролевой аукцион», «Слепой пазл», «Командный герб».
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4. Ротация ролей и командное взаимодействие в условиях неопределённости. Практические упражнения в команде: «Смена лидера», Ролевая игра «Конфликт ролей». «Круг благодарности», «Меняемся ролями», «Молчаливая координация», «Остров», «Командный вернисаж», «Ролевой квест», «Крокодил наоборот», «Командный рецепт».
	Самостоятельная работа. Разработать матрицу RACI для одной из командных задач (учебной, спортивной, социальной) и обосновать распределение ролей. Подготовка к зачету.
3	*Тема Жизненные циклы команды: динамика внутрикомандных процессов*
	Занятие лекционного типа 5. Понятие жизненного цикла команды. Модель Б. Такмана: пять стадий развития команды, характеристика каждого этапа: поведение участников, задачи лидера, типичные трудности. Альтернативные модели развития команды: Модель И. Адизеса (PAEI), Модель К. Бланшара (ситуационное лидерство и уровень зрелости команды), Модель Т. Джойнера (пять стадий развития команды (ориентация, неудовлетворённость, разрешение, производство, завершение), Модель «Такман +». Динамика внутрикомандных процессов на разных этапах (коммуникация, лидерство, конфликты, роли, сплоченность, мотивация).
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5. Этапы развития команды: от формирования к нормированию. Практические упражнения в команде: «Формирование», «Шторм»,

	«Нормирование», «Обратная связь»
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6. Стадия исполнения: эффективная командная работа. Практические упражнения в команде: «Автономный проект», «Кризис в проекте», «Оценка эффективности», «Круг благодарности».
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7. Завершение команды и управление кризисами развития. Практические упражнения в команде: «Завершение проекта», «Кризисные кейсы», «Анализ реальной команды», «Прощальное письмо».
	Самостоятельная работа. Подготовить анализ реальной команды (спортивной, учебной, проектной) с точки зрения этапов её жизненного цикла. Составить таблицы: «Этапы команды — задачи лидера — риски», «Этапы жизненного цикла команды — кризисы — задачи лидера — инструменты преодоления». Подготовка к зачету.
4	*Тема Мониторинг эффективности команды*
	Занятие лекционного типа 6. Понятие мониторинга эффективности команды. Определение мониторинга как систематического отслеживания процессов и результатов. Отличие мониторинга от контроля. Цели, принципы мониторинга. Критерии и показатели эффективности команды. Методы и инструменты мониторинга. Этапы проведения мониторинга. Типичные ошибки при оценке эффективности команды.
	Занятие семинарского типа (семинар) 8. Дискуссия «Что значит эффективная команда?». Работа с кейсами (описанием команды и данных мониторинга). Разработка инструмента мониторинга. Рефлексия.
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9. Диагностика эффективности команды: первые шаги. Практические упражнения: «Наблюдение за командой», «Анкета эффективности», «Интерпретация данных», «Обратная связь».
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10. Инструменты мониторинга: от анкеты до командной сессии. Отработка навыков проведения командной сессии. Практические упражнения: «Социометрия», «360 градусов», «Командная сессия», «План корректировки».
	Занятие семинарского типа (практическое занятие) 11. Мониторинг в действии: оценка и развитие команды. Отработка навыков анализа динамики командных процессов, формулировки рекомендаций по развитию команды. Практические упражнения: «Повторная диагностика» (на основе данных практического занятия 9). «Проблемное поле», «Стратегия развития», «Презентация результатов».
	Самостоятельная работа. Разработать план мониторинга для своей команды на месяц. Подготовка к зачету.

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Айдаркина, Е. Е. Командообразование и методы групповой работы : учебное пособие / Е. Е. Айдаркина, Т. С. Ласкова. — Ростов-на-Дону, Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2021. — 138 с. — ISBN 978-5-9275-3925-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR CMAPT : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/121910/details — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Надточий, Ю. Б. Командообразование. Практикум : учебное пособие / Ю. Б. Надточий. — Москва : Дашков и К, 2022. — 108 c. — ISBN 978-5-394-04656-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR CMAPT : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/120715/details — Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Надточий, Ю. Б. Командообразование : учебное пособие / Ю. Б. Надточий. — 2-е изд. — Москва : Дашков и К, 2021. — 238 c. — ISBN 978-5-394-04302-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR CMAPT : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/107793/details — Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Музашвили [и др.] ; под редакцией Е. В. Камневой. — Москва : Прометей, 2021. — 216 c. — ISBN 978-5-00172-239-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR CMAPT : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/125638/details — Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Тренинг командообразования и групповой работы : учебник / Е. В. Камнева, Ж. В. Коробанова, Д. Ракутова, И. В. Техники коммуникации и основы командообразования : учебное пособие / И. В. Ракутова. — Минск : Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2025. — 266 c. — ISBN 978-985-895-215-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR CMAPT : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/152380/details — Режим доступа: для авторизир. пользователей
5. Чегринцова, С. В. Лидерство и командообразование в организации : учебное пособие / С. В. Чегринцова. — Тверь : Тверской государственный университет, 2020. — 115 c. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR CMAPT : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/111565/details — Режим доступа: для авторизир. пользователей

6.1.2 Дополнительная литература

1. Сафонова, Н. М. Лидерство и командообразование : учебное пособие / Н. М. Сафонова. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, Печатная галерея, 2017. — 68 c. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR CMAPT : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/73541/details — DOI: https://doi.org/10.23682/73541. — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Юдакова, С. В. Основы формирования организационной культуры : учебное пособие / С. В. Юдакова. — Владимир : Владимирский филиал РАНХиГС, 2026. — 204 c. — ISBN 978-5-907789-58-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR CMAPT : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/160673/details — Режим доступа: для авторизир. пользователей

6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	*Наименование программного продукта*
	Лицензионное программное обеспечение
1.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL

Свободно распространяемое программное обеспечение	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea
9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Электронно-библиотечные системы		*Ссылка на ресурс*
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	https://www.iprbookshop.ru/

7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся	*Оборудование и технические средства обучения*
аудитория № 220 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук
аудитория № 221 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: проектор, ноутбук, интерактивная доска
аудитория № 248 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, акустическая система
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии