

Motivatsiooni e-kursuse õppekava

Täienduskoolitusasutuse nimetus	Prudens OÜ
Õppekava nimetus:	Motivatsiooni e-kursus
Õppekavarühm:	Psühholoogia
Õppekava koostamise alus:	-
Eesmärk:	Suurendada osalejate teadlikkust motivatsioonist ja jagada tehnikaid motivatsiooni ning efektiivsuse tõstmiseks nii enda kui ka teiste puhul.
Õpiväljundid:	<p>Koolitusel osalenu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teeb vahet sisemisel ja välisel motivatsioonil. • Teadvustab motivatsiooniga seotud psühholoogilisi protsesse. • On teadlik muutuste ja harjumuste kujundamisega seotud põhitõdedest ning oskab neid rakendada. • Oskab targalt eesmärke seada. • Oskab anda ja vastu võtta konstruktiivset tagasisidet. • Tunneb nii enda kui ka teiste motiveerimise tehnikaid.
Sihtgrupp:	Kõik huvitunud
Õppe alustamise tingimused:	Puuduvad
Õppe maht ja ülesehitus:	16 akadeemilist tundi; kogu kursus toimub e-õppena
Õppekeskkond:	Ettevõtte kodulehega integreeritud e-õppekeskkond
Õppevahendid:	Arvuti ja kõlarid või arvuti ja nutiseade; internetiühendus; Microsoft Office või Open Office arvutiprogramm
Õppesisu:	Motivatsiooni olemus; sisemine ja väline motivatsioon; enda ja teiste motiveerimine; enesetõhusus; muutused ja harjumused; motivatsiooniga seotud psühholoogilised

	<p>protsessid; prokrastineerimine; väärtused; eesmärkide seadmine; tagasiside.</p>
Õppemeetodid:	<p>Õppevideod, lugemismaterjalid, teadmisi kontrollivad testid, töölehed</p>
Õppematerjalide loend:	<p>Õppevideod, lugemismaterjalid, teadmisi kontrollivad testid, töölehed</p>
Hindamismeetodid	<p>Üles laetavad kirjalikud ülesanded. Teadmisi kontrollivad vahetestid ja lõputest</p>
Hindamiskriteeriumid	<p>Tõendi saamiseks on vaja läbida 51% kursuse kogumahust. Sealjuures peab olema täidetud kujul üles laetud ka vähemalt 1 kolmest koolitaja poolt tagasisidestamisele kuuluvast töölehest. Tunnistuse saamiseks tuleb laadida üles kõik töölehed täidetud kujul ning läbida kõik vahetestid ning saada lõputestis vähemalt 80% õigeid vastuseid.</p>
Hindamine ehk kursuse lõpetamise tingimused	<p>Kui õppija on läbinud vähemalt 51% kursuse kogumahust väljastatakse talle tõend. Kui Õppija on läbinud 100% kursuse kogumahust, siis väljastatakse talle tunnistus.</p>
Väljastatavad dokumendid:	<p>Tõend või tunnistus</p>
Koolitajate kvalifikatsioon:	<p>Kõrgharidus psühholoogias (Tartu Ülikool)</p>
Õppekava kinnitamise kuupäev	<p>20.01.2020</p>