

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гриб Владислав Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 06.03.2026 18:59:07
Уникальный программный ключ:
637517d24e103c3db032acf37e80b98a1c5b1265c18929d6cd7617985447



**Образовательное учреждение высшего образования
«МОСКОВСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ А.С. ГРИБОЕДОВА»
(ИМПЭ им. А.С. Грибоедова)**

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ И ЛОГОПЕДИИ

Кафедра логопедии

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора международного
института психологии и логопедии
_____/О.С. Ефимова/
«19» декабря 2025 г

Фонд

**оценочных средств по дисциплине
Практическое самопознание**

**Укрупненная группа направлений:
44.00.00 Образование и педагогические науки**

Направление:

44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование

Профиль:

«Логопедия»

Квалификация

Бакалавр

Формы обучения: очная, очно-заочная

**Москва
2025**

Фонд оценочных средств по дисциплине «Практическое самопознание» по направлению 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование (профиль «Логопедия») предназначен для контроля знаний обучающихся. Разработан на основании «Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «22» февраля 2018 №123; Профессионального стандарта «Педагог-дефектолог», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от «13» марта 2023 г. № 163н; зарегистрировано в Минюсте России 14 апреля 2023 г. N 73027; согласована и рекомендована к утверждению.

Фонд оценочных средств рассмотрен и утвержден на заседании кафедры логопедии от 19.12.2025 протокол № 5.

Согласовано:

Заведующий кафедрой _____ / Ефимова О.С., к.п.н., доцент
(подпись)

Раздел 1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины «Практическое самопознание»

Код компетенции	Результаты освоения ООП (содержание компетенций)	Индикаторы достижения компетенций	Формы образовательной деятельности, способствующие формированию и развитию компетенции
УК-6	Способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<p>УК-6.1. Знает теоретические основы саморазвития и самоопределения на разных стадиях развития человека</p> <p>УК-6.2. Знает существующие концепции саморазвития, личностного роста; сферы и области самопознания, способы самопознания и саморазвития личности; закономерности психического саморазвития; основные психологические особенности самореализации, специфику самообразования и саморазвития; методы психологической саморегуляции и самоменеджмента</p> <p>УК-6.3 Умеет эффективно планировать траекторию своей деятельности и саморазвития, а также ее развитие в течение всей жизни</p> <p>УК-6.4 Умеет реализовывать траекторию саморазвития и самообразования на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>УК-6.5. Умеет определять барьеры саморазвития; отбирать методы самопознания и саморазвития, саморегуляции; организовывать оптимальное направление профессионального саморазвития личности; ставить цели личного и профессионального саморазвития.</p>	<p><u>Контактная работа:</u> Лекции</p> <p><u>Практические занятия</u></p> <p><u>Самостоятельная работа</u></p>

		УК-6.6. Владеет навыками персонифицированного саморазвития и самообразования, анализа деятельности и планирования траектории саморазвития	
		УК-6.7. Владеет навыками использования приемов самопознания; методами самовоспитания, психологической саморегуляции, самоменеджмента.	

2. . Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Шкала и критерии оценки, балл	Критерии оценивания компетенций
1	Опрос	Сбор первичной информации по выяснению уровня усвоения пройденного материала	«Зачтено» - если обучающийся демонстрирует знание материала по разделу, основанное на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; дает логичные, аргументированные ответы на поставленные вопросы. Также оценка «зачтено» ставится, если обучающимся допущены незначительные неточности в ответах, которые он исправляет путем наводящих вопросов со стороны преподавателя. «Не зачтено» - имеются существенные пробелы в знании основного материала по разделу, а также допущены принципиальные ошибки при изложении материала.	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, УК-6.4, УК-6.5, УК-6.6, УК-6.7

2	Коллоквиум	Беседа преподавателя с учащимися на определенную тему из учебной программы	<p>«Зачтено» - если обучающийся демонстрирует знание материала по разделу, основанного на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; дает логичные, аргументированные ответы на поставленные вопросы.</p> <p>Также оценка «зачтено» ставится, если обучающимся допущены незначительные неточности в ответах, которые он исправляет путем наводящих вопросов со стороны преподавателя.</p> <p>«Незачтено» - имеются существенные пробелы в знании основного материала по разделу, а также допущены принципиальные ошибки при изложении материала.</p>	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, УК-6.4, УК-6.5, УК-6.6, УК-6.7
3	Доклад-презентация	Публичное выступление по представлению полученных результатов в программе Microsoft PowerPoint	<p>«5» – доклад выполнен в соответствии с заявленной темой, презентация легко читаема и ясна для понимания, грамотное использование терминологии, свободное изложение рассматриваемых проблем, докладчик правильно ответил на все вопросы в ходе дискуссии;</p> <p>«4» – некорректное оформление презентации, грамотное использование терминологии, в основном свободное изложение рассматриваемых проблем, докладчик частично правильно ответил на все вопросы в ходе дискуссии;</p> <p>«3» – отсутствие презентации, докладчик испытывал затруднения при выступлении и ответе на вопросы в ходе дискуссии;</p> <p>«2» - докладчик не раскрыл тему</p>	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, УК-6.4, УК-6.5, УК-6.6, УК-6.7

4	Реферат	<p>Реферат - продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной научной темы. Тематика рефератов выдается на первом занятии, выбор темы осуществляется обучающимся самостоятельно. Подготовка осуществляется во внеаудиторное время. На подготовку дается одна неделя. Результаты озвучиваются на втором практическом занятии, регламент – 7 мин. на выступление. В оценивании результатов наравне с преподавателем принимают участие обучающиеся группы.</p>	<p>«отлично» - реферат содержит полную информацию и необходимый иллюстративный материал по представляемой теме, основанную на обязательных источниках и современных публикациях; выступающий свободно владеет содержанием, ясно и грамотно излагает материал; свободно и корректно отвечает на вопросы и замечания аудитории; точно укладывается в рамки регламента. «хорошо» - представленная тема раскрыта, однако реферат содержит неполную информацию по представляемой теме; выступающий ясно и грамотно излагает материал; аргументировано отвечает на вопросы и замечания аудитории, однако выступающим допущены незначительные ошибки в изложении материала и ответах на вопросы. «удовлетворительно» - выступающий демонстрирует поверхностные знания по выбранной теме, имеет затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии курса. «неудовлетворительно» - реферат не подготовлен либо имеет существенные пробелы по представленной тематике, основан на недостоверной информации, выступающим допущены принципиальные ошибки при изложении материала.</p>	<p>УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, УК-6.4, УК-6.5, УК-6.6, УК-6.7</p>
---	---------	---	--	---

5	Решение ситуационных задач	Практическое занятие	<p>5 «отлично» – комплексная оценка предложенной ситуации; знание теоретического материала, правильный выбор тактики действий; последовательное, уверенное выполнение практических действий.</p> <p>4 «хорошо» – комплексная оценка предложенной ситуации, незначительные затруднения при ответе на теоретические вопросы; правильный выбор тактики действий; логическое обоснование теоретических вопросов с дополнительными комментариями педагога; последовательное, уверенное выполнение практических действий;</p> <p>3 «удовлетворительно» – затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; неполный ответ, требующий наводящих вопросов педагога; выбор тактики действий в соответствии с ситуацией возможен при наводящих вопросах педагога, правильное последовательное, но неуверенное выполнение практических действий.</p> <p>2 «неудовлетворительно» – неверная оценка ситуации; неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению ситуации, конфликту; неправильное выполнение практических действий.</p>	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, УК-6.4, УК-6.5, УК-6.6, УК-6.7
---	----------------------------	----------------------	--	--

6	Тестирование	<p>Тестирование можно проводить в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"> • компьютерного тестирования, <p>т.е. компьютер произвольно выбирает вопросы из базы данных по степени сложности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • письменных ответов, т.е. преподаватель задает вопрос и дает несколько вариантов ответа, а студент на отдельном листе записывает номера вопросов и номера соответствующих ответов 	<p>«отлично» - процент правильных ответов 80-100%;</p> <p>«хорошо» - процент правильных ответов 65-79,9%;</p> <p>«удовлетворительно» - процент правильных ответов 50-64,9%;</p> <p>«неудовлетворительно» - процент правильных ответов менее 50%.</p>	<p>УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, УК-6.4, УК-6.5, УК-6.6, УК-6.7</p>
7	Зачет	<p>Зачет проводится по завершении изучения всей дисциплины в устной форме, по билетам, охватывающим весь пройденный материал, включая вопросы, отведенные для самостоятельного изучения. Вопросы для подготовки к зачету предоставляются обучающимся заранее с тем, чтобы у них была возможность подготовиться к процедуре проверки</p>	<p>«зачтено» - обучающийся дал правильный ответ на вопрос, представил в письменном виде полностью выполненное задание, ответил на вопросы по содержанию выполненной работы.</p> <p>«не зачтено»- ответ на вопрос отсутствует, задание не выполнено или не представлены в письменном виде материалы по его выполнению.</p>	<p>УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, УК-6.4, УК-6.5, УК-6.6, УК-6.7</p>

5.1. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и(или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

№	Форма контроля/ коды оцениваемых компетенций	Процедура оценивания	Шкала и критерии оценки, балл
1.	Зачет УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, УК-6.4, УК-6.5, УК- 6.6, УК-6.7	Зачет представляет собой выполнение обучающимся заданий билета, включающего в себя: Задание № 1 – теоретический вопрос на знание базовых понятий предметной области дисциплины, а также позволяющий оценить степень владения обучающимся принципами предметной области дисциплины, понимание их особенностей и взаимосвязи между ними; Задание № 2 – задание на анализ ситуации из предметной области дисциплины и выявление способности обучающегося выбирать и применять соответствующие принципы и методы решения практических проблем, близких к профессиональной деятельности; Задание №3 – задание на проверку умений и навыков, полученных в результате освоения дисциплины	Выполнение обучающимся заданий оценивается по следующей балльной шкале: Задание 1: 1-2 баллов Задание 2: 1-2 баллов Задание 3: 1-2 баллов «Зачтено» -«5» (отлично) – ответ правильный, логически выстроен, приведены необходимые выкладки, использована профессиональная лексика. Задания решены правильно. Обучающийся правильно интерпретирует полученный результат. -«4» (хорошо)– ответ в целом правильный, логически выстроен, приведены необходимые выкладки, использована профессиональная лексика. Ход решения задания правильный, ответ неверный. Обучающийся в целом правильно интерпретирует полученный результат. -«3» (удовлетворительно)– ответ в основном правильный, логически выстроен, приведены не все необходимые выкладки, использована профессиональная лексика. Задания решены частично. «Не зачтено» -«2» (неудовлетворительно)– ответы на теоретическую часть неправильные или неполные. Задания не решены
1.	Тестирование (на зачёте) УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, УК-6.4, УК-6.5,	Полнота знаний теоретического контролируемого материала. Количество правильных ответов	«отлично» - процент правильных ответов 80-100%; «хорошо» - процент правильных ответов 65-79,9%; «удовлетворительно» - процент правильных ответов 50-64,9%; «неудовлетворительно» -

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для процедуры оценивания знаний, умений, навыков и(или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

5.2.1. Типовые задания для проведения текущего контроля обучающихся

Тема 1. Основы самопознания и саморазвития

Перечень вопросов для обсуждения на практических занятиях:

1. Структура личности, типология личности
2. Темперамент и характер
3. Виды мотивации и ее формирование
4. Психологические особенности и структура «Я-концепции»
5. Механизмы, барьеры и этапы саморазвития

Тема 3. Психологическая саморегуляция и самоменеджмент

Перечень вопросов для обсуждения на практических занятиях:

1. Методы, приемы и способы саморегуляции.
2. Способы самовоздействия
3. Техники самоменеджмента
4. Техники управления эмоциями
5. Управление временем (тайм-менеджмент)

Тема 4. Основы самообразовательной деятельности. Проектирование профессионального самообразования

Перечень вопросов для обсуждения на практических занятиях:

1. Методы самообразования
2. Современные информационные технологии и самообразование.
3. Проектирование профессионального самообразования.

5.2.2. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации обучающихся.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета.

Задания 1 типа (теоретический вопрос на знание базовых понятий предметной области дисциплины):

1. Общая характеристика понятий «самопознание» и «саморазвитие».
2. Основные подходы к определению категории «личность»
3. Структура личности, типология личности.
4. Характеристика темперамента, его свойства и структура.
5. Характер и его классификация.
6. Виды и уровни развития способностей.
7. Мотивационно-потребностная сфера личности
8. Мотивация и ее формирование.
9. Воля и ее функции.
10. Понятие Я-концепция (У. Джеймс, К. Роджерс, Р. Бернс, И.С. Кон, А.Б. Орлов, В.В. Столин, А.А. Реан, А.Н. Леонтьев)
11. Когнитивная, эмоциональная, поведенческая составляющие Я-концепции.
12. Механизмы, барьеры и этапы саморазвития.
13. Готовность к саморазвитию. Методы диагностики готовности к саморазвитию.

14. Креативное мышление. Творческий потенциал.
15. Эмоционально-аффективная сторона личности. Функции и виды эмоций.
16. Эмоциональный интеллект и его значимость. Техники управления эмоциями
17. Понятие психологическая (психическая) саморегуляция. Уровни саморегуляции.
18. Методы, приемы и способы саморегуляции.
19. Способы самовоздействия.
20. Понятие и основные функции самоменеджмента.
21. Условия и факторы повышения эффективности самоменеджмента.
22. Техники самоменеджмента.
23. Управление временем (тайм-менеджмент).
24. Понятие «самообразование».
25. Сущностные характеристики самообразования.
26. Этапы самообразования.
27. Умения самообразовательной деятельности.
28. Методы самообразования.
29. Проектирование профессионального самообразования.
30. Современные информационные технологии и самообразование.

Примерная тематика рефератов (докладов)

1. Проблема самопознания: традиции осмысления
2. Самопознание как ценность внутреннего опыта
3. Самопознание и самопонимание
4. Философские модели саморазвития человека.
5. Саморазвитие как порождение разнообразных вариантов проявления человеком себя в меняющемся мире
6. Самореализация как процесс развития личности
7. Направленность личности на самопознание, саморазвитие
8. Характеристика мотивационно-потребностной сферы личности
9. Механизмы формирования мотивации.
10. Как мотивировать себя?
11. Теории мотивации.
12. Творчество как ценность развивающегося человека
13. Латеральное мышление Э. де Боно. Управление мышлением
14. Эмоциональный интеллект. Техники управления эмоциями
15. «Я- концепция»: понятие «Я-образ»
16. Я-концепция и самоактуализация личности
17. Влияние семьи на развитие Я-образа
18. Барьеры саморазвития
19. Способы самодиагностики: описание и практическое использование
20. Способы психологической саморегуляции
21. Способы самовоздействия: описание и примеры использования
22. Техники самоменеджмента: описание и примеры использования
23. Самоменеджмент как фактор повышения профессиональной эффективности.
24. Условия и факторы повышения эффективности самоменеджмента
25. Тайм-менеджмент – современные техники управления временем.
26. Управление временем как раздел науки и практики
27. Самообразование в жизни известных людей
28. Развитие представлений о сущности самообразования в истории
29. Массовые онлайн курсы как новые возможности для самообразования
30. Построение траектории самообразования в течение всей жизни

Задания 2 типа (задание на анализ ситуации из предметной области дисциплины и выявление способности обучающегося выбирать и применять соответствующие принципы и методы решения практических проблем)

Задача 1. Самодиагностика темперамента

Если вам в обычной жизни свойственно следующее поведение:

стеснителен и застенчив, теряешься в новой обстановке, затрудняешься установить контакт с незнакомыми людьми, не веришь в свои силы, легко переносишь одиночество, чувствуешь подавленность и растерянность при неудачах, склонен уходить в себя, быстро утомляешься, невольно приспособливаешься к характеру собеседника, чрезвычайно восприимчив к одобрению и критике

Вопросы:

1. Качества какого типа темперамента в данном случае выражены ярко?
2. Какие еще типы темпераменты вы знаете?
3. Скажите (напишите) интерпретацию данного типа темперамента.

Задача 2. Готовность к саморазвитию

В тесте на готовность к саморазвитию В. Павлова вы показали результат 5 по шкале ГЗС(готовы знать себя) и 3 по шкале ГМС (готовы, могу самосовершенствоваться).

Вопрос:

1. Что означает такое сочетание?
2. Как посмотреть, над чем надо работать?
3. Какое сочетание показателей является лучшим для дальнейшего личного развития?

Задача 3. Я-концепция

Дошкольники очарованы собой, и поэтому многие их занятия и мысли направлены на то, чтобы как можно больше узнать о себе. Они сравнивают себя с другими детьми, обнаруживая различия в росте, цвете волос, поле, происхождении, симпатиях. Они сравнивают себя со своими родителями, узнают, что у них есть общие с ними черты, и открывают новые для себя формы поведения, которые стараются перенять. Желая как можно больше узнать о себе, дошкольники задают множество вопросов: о том, откуда они появились, почему им становятся малы их ботинки, хорошие они дети или плохие и т. д.

Вопросы:

1. Какой этап формирования Я-концепции описан?
2. Какую стадию формирования Я концепции проходят дошкольники по Дж. Ловингеру?
3. На какой стадии формирования люди осознают внутренние конфликты между личными нуждами и своими идеалами, а также между своим и чужим восприятием одних и тех же событий?

Задача 4. Характер

Иванов был человеком рациональным, добросовестным, но крайне необщительным, замкнутым. Зная его способность к анализу, стремление все исследовать, исполнительность, ему поручали доработку проектов, которые нужно было выполнить к определенному сроку.

В очередном проекте Иванов выявил неточности, не замеченные разработчиком, однако высказать это не решался, поскольку боялся ответственности, был не уверен в себе.

Вопросы:

1. Выделите основные черты характера Иванова.
2. Какие черты, качества характера нужно посоветовать развивать Иванову?
3. Какие методы можно использовать?
4. Что можно рекомендовать руководителю Иванова?

Задача 5. Психологическая саморегуляция

Воображение является универсальной природной способностью, которую мы используем постоянно. Если мы регулярно представляем худший вариант развития событий, как правило, все случается именно так, как мы опасались, поскольку мы программируем наше поведение самым образом наших мыслей.

Вопросы:

1. Какие методы психологической саморегуляции можно применять, чтобы описанную ситуацию?
2. Какие методы будут наиболее действенны? Приведите примеры.

Задача 6. Креативное мышление

Ситуация: Компания начинает разработку нового проекта. Необходимо оценить достоинства, недостатки, риски и т.п.

Вопросы:

1. Используйте для решения задачи метод 6 шляп Де Боно.
2. Опишите, какие задачи поможет решить каждая шляпа.
3. Какие еще креативные методы организации работы с информацией вы знаете?

Задача 7. Самоменеджмент

1. Самоменеджмент необходим только руководителям
2. Самоменеджмент нужно использовать, только когда это необходимо: при ведении сложного проекта или работе в авральном режиме.
3. Самоменеджменту невозможно научиться
4. Я не могу себя заставить быть более организованным, это не в моем характере.

Вопросы:

1. Можно ли согласиться с этими утверждениями? Обоснуйте ответ по каждому утверждению.
2. Что поможет решить проблему, высказанную в 4 пункте?

Задача 8. Тайм-менеджмент

Прочитайте список задач на день:

- Позвонить недовольному клиенту.
- Поговорить с Ивановым об отпуске, который будет через месяц.
- Оформить презентацию для проекта (сдать послезавтра).
- Обсудить проект с командой.
- Составить план действий на завтра.
- Отдать деньги соседу.
- Почта. Папка «Входящие».
- Договориться о времени встречи с партнером по проекту.
- Мобильный. Деньги.

Вопросы:

1. Какие задачи сформулированы в форме, не ориентированной на результат? Почему? Переформулируйте.
2. Распределите задачи, применяя матрицу Эйзенхауэра.
3. Обоснуйте распределение.

Задача 9. Управление эмоциями

Варя чувствовала стресс и тревогу, когда думала обо всей той работе, которую ей нужно было сделать. Когда ее руководитель назначил ей еще один дополнительный проект.

Вопросы:

1. Как вы думаете какую эмоцию почувствовала, когда ей дали еще один проект: испуг/паника, подавленность или ошеломление? Обоснуйте ответ.
2. Как ей необходимо себя вести в этой ситуации?

3. Какие техники управления эмоциями можно применить?

Задача 10. Самообразование

Вы хотите выучить английский язык. Он необходим вам для работы и значительно поднимет ваш доход. Выберите ресурсы, которые можно задействовать:

1. MOOK-курсы;
2. книги;
3. журналы;
4. блоги;
5. образовательные видео;
6. посещение лекций;
7. стажировка;
8. нахождение наставника.

При этом вы должны понимать, что на все времени не хватит. Важно выбрать 3-5 основных ресурсов и сделать на них упор. Остальным стоит заниматься лишь в том случае, если вы целенаправленно выделите время на то, чтобы попробовать что-нибудь новое.

Вопросы:

1. Какие ресурсы вы выбрали? Обоснуйте.
2. Составьте план обучения с указанием целей, распорядка, обоснованием мотивации.
3. Как вы будете отслеживать прогресс обучения?
4. Какие приемы помогут поддерживать интерес к обучению до его завершения?

Задания 3 типа (задание на проверку умений и навыков, полученных в результате освоения дисциплины)

1. Умение человека стать тем, кем он способен стать, т.е. он обязан выполнить свою миссию – реализовать то, что в нем заложено, в соответствии с собственными высшими потребностями это -

- a) самоактуализация
- b) самовоспитание
- c) самосознание
- d) саморазвитие

2. Процесс познания себя, своих потенциальных и актуальных свойств, личностных, интеллектуальных особенностей, черт характера, своих отношений с другими людьми и т.п. это -

- a) самопознание
- b) самовоспитание
- c) самосознание
- d) саморазвитие

3. Размышление о своем внутреннем состоянии, самоанализ – это

- a) рефлексия
- b) самоактуализация
- c) саморазвитие
- d) идентификация

4. И.П. Павлов выделял следующие типы личности:

- a) мыслительный
- b) художественный
- c) средний
- d) высший

5. Сила этого типа – в отношениях с другими людьми, в умении налаживать и поддерживать их.

Люди этого типа склонны манипулировать чувствами и эмоциями других людей, не сомневаются в своих силах и способностях, самостоятельно решают проблемы, связанные со своими чувствами и чувствами других. Критериями их оценок служат понятия «хорошо – плохо», «гуманно – негуманно», «честно - нечестно». Какой тип личности по Юнгу имеется в виду?

- a) Мыслительный
- b) Сенсорный
- c) Этический
- d) Интуитивный

6. Наиболее сильные качества проявляются в отношениях к объективному миру. Эти люди воспринимаются как более самостоятельные, стараются угождать людям с этической (чувства) функцией, всегда доказывают свою правоту, легко поддаются на уговоры, правдивы. В своих оценках пользуются категориями «логично – нелогично», «правильно – неправильно», «разумно - неразумно». Какой тип личности по Юнгу имеется в виду?

- a) Мыслительный
- b) Сенсорный
- c) Этический
- d) Интуитивный

7. Люди этого типа живут в полном смысле этого слова ощущениями: умеют хорошо воспринимать природу, искусство, наслаждаться всем тем, что видят глаза, слышат уши, ощущает кожа и т.д. Точно чувствуют свое физическое «Я» и его потребности, живут, как будто, одним днем, у них слабо развито чувство предвидения, т.к. недостаточно развито абстрактное мышление. Какой тип личности по Юнгу имеется в виду?

- a) Мыслительный
- b) Сенсорный
- c) Этический
- d) Интуитивный

8. Особенности людей этого типа проявляются в том, что их ощущениям не хватает яркости, они постоянно рассеяны: даже свое «физическое Я» воспринимают неопределенно (воспринимают себя как-бы смотря в зеркало). Слабым местом является недостаточность осознания своих ритмов, но они хорошо приспосабливаются к ритмам окружающих. Обладают чувством предвидения, ощущением релятивности времени, склонны быть объектом чувств со стороны другого, избегают впечатлений, т.к. боятся попасть в подчинение им. Какой тип личности по Юнгу имеется в виду?

- a) Мыслительный
- b) Сенсорный
- c) Этический
- d) Интуитивный

9. Какой набор свойств характеризует тип темперамента – сангвиник?

- a) сильный – уравновешенный – подвижный
- b) сильный – уравновешенный – инертный
- c) сильный – неуравновешенный
- d) слабый – неуравновешенный

10. Какой набор свойств характеризует тип темперамента – флегматик?

- a) сильный – уравновешенный – подвижный
- b) сильный – уравновешенный – инертный

- c) сильный – неуравновешенный
- d) слабый – неуравновешенный

11. Какой набор свойств характеризует тип темперамента – холерик?

- a) сильный – уравновешенный – подвижный
- b) сильный – уравновешенный – инертный
- c) сильный – неуравновешенный
- d) слабый – неуравновешенный

12. Какой набор свойств характеризует тип темперамента – меланхолик?

- a) сильный – уравновешенный – подвижный
- b) сильный – уравновешенный – инертный
- c) сильный – неуравновешенный
- d) слабый – неуравновешенный

13. Выберите верные утверждения.

- a) Темперамент не характеризует содержательную сторону личности: ее направленность, ценностные ориентации, мировоззрение.
- b) Свойства темперамента могут и благоприятствовать, и противодействовать формированию определенных личностных черт, т.к. под влиянием темперамента модифицируются значения факторов среды и воспитательных воздействий.
- c) Темперамент характеризует содержательную сторону личности: ее направленность, ценностные ориентации, мировоззрение.
- d) Свойства темперамента никак не влияют на формирование определенных личностных черт.

14. Отдельные черты характера проявляются:

- a) в отношении к другим людям (общительность, коммуникабельность, замкнутость, тактичность, грубость, искренность, лживость и т.д.);
- b) в отношении к деятельности (ответственность, недобросовестность, лень, трудолюбие т.д.);
- c) в отношении к объектам и собственности (аккуратность, бережливость, небрежность, расточительность, щедрость, скупость и т.д.);
- d) в отношении к самому себе (самоуверенность, самокритичность, эгоцентризм и т.д.).

15. Задатки – это:

- a) врожденные анатомо-физиологические особенности строения мозга, органов чувств, движения, составляющие природную основу способностей.
- b) индивидуально-психологические особенности человека, выражающееся в готовности к овладению определенным видом деятельности и являющиеся условием успешности ее осуществления.
- c) системное, развивающееся в течение жизни качество психики, качественно своеобразное сочетание способностей, которое определяет возможность достижения человеком более высоких, незаурядных результатов в одном или нескольких видах деятельности по сравнению с другими людьми.
- d) высокий уровень развития специальных способностей.

16. Способности – это:

- a) врожденные анатомо-физиологические особенности строения мозга, органов чувств, движения, составляющие природную основу способностей.
- b) индивидуально-психологические особенности человека, выражающееся в готовности к овладению определенным видом деятельности и являющиеся условием успешности ее осуществления.

- c) системное, развивающееся в течение жизни качество психики, качественно своеобразное сочетание способностей, которое определяет возможность достижения человеком более высоких, незаурядных результатов в одном или нескольких видах деятельности по сравнению с другими людьми.
- d) высокий уровень развития специальных способностей.

17. Одаренность – это:

- a) врожденные анатомо-физиологические особенности строения мозга, органов чувств, движения, составляющие природную основу способностей.
- b) индивидуально-психологические особенности человека, выражающееся в готовности к овладению определенным видом деятельности и являющиеся условием успешности ее осуществления.
- c) системное, развивающееся в течение жизни качество психики, качественно своеобразное сочетание способностей, которое определяет возможность достижения человеком более высоких, незаурядных результатов в одном или нескольких видах деятельности по сравнению с другими людьми.
- d) высокий уровень развития специальных способностей.

18. Выберите верные утверждения. Потребность – это:

- a) состояние некоторой нехватки в чем-либо, которую организм стремится компенсировать;
- b) внутреннее напряжение, которое динамизирует и направляет активность на получение того, что необходимо для нормального функционирования организма и личности в целом.
- c) необходимое условие любой деятельности.
- d) выбор направленности деятельности, определяемой актуальными потребностями, а также возможностями и ограничениями, заложенными в ситуации.

19. Выберите верные утверждения. Мотив – это:

- a) состояние некоторой нехватки в чем-либо, которую организм стремится компенсировать;
- b) внутреннее напряжение, которое динамизирует и направляет активность на получение того, что необходимо для нормального функционирования организма и личности в целом.
- c) необходимое условие любой деятельности.
- d) выбор направленности деятельности, определяемой актуальными потребностями, а также возможностями и ограничениями, заложенными в ситуации.

20. Выберите верные утверждения. Потенциальные мотивы (заемные мотивы) – это:

- a) мотивы, побуждающие при определенных обстоятельствах к деятельности, но в данный момент не актуализируются.
- b) мотивы, которые в настоящее время потеряли свою актуальность, или были вытеснены на периферию другими мотивами.
- c) понимание, осознание необходимости определенной деятельности, но это знание лишено побуждающей функции.
- d) реально действующие, значимые мотивы

21. В структуру Я-концепции включают:

- a) образ «Я»
- b) самооценка
- c) поведенческая реакция
- d) Сверх «Я»

22. Основные функции воли это:

- a) выбор мотивов и целей.
- b) регуляция побуждения к действиям при недостаточной или избыточной мотивации.

- c) организация психических процессов в единую систему, адекватную выполняемой человеком деятельности.
- d) мобилизация физических и психических ресурсов для преодоления препятствий в достижении поставленных целей.

23. Главными механизмами самопознания являются:

- a) рефлексия
- b) идентификация
- c) мотивация
- d) волевое усилие

24. Психологические барьеры самопознания проявляются в форме психологических защит. Сопоставьте название защиты с действием.

вытеснение	исключение из сознания информации, порождающей тревогу
образование противоположной реакции	изменение неприемлемой для сознания информации на противоположную
проекция	приписывание неприемлемого для сознания действия другому лицу
замещение	Бессознательный перенос действия или объекта с недоступного на доступный
рационализация	самообман, стремление разумно объяснить неразумное действие

25. Психологическими механизмами самопознания являются:

- a) самопринятие
- b) самопрогнозирование
- c) рефлексия
- d) Волевое усилие

26. Формы саморазвития – это:

- a) самоутверждение
- b) самосовершенствование
- c) самоактуализация
- d) самопознание

27. Процесс сознательного управления развитием личностных качеств и способностей – это:

- a) самосовершенствование
- b) самопознание
- c) самоактуализация
- d) самоутверждение

28. Результатом мотива самоутверждения «быть хуже других» является:

- a) ощущение своей нужности, полезности;
- b) оправдание в своих глазах смысла собственной жизни;
- c) появление чувства превосходства, своей исключительности, способствующее преодолению трудностей;
- d) человек утверждает в своей никчемности, ненужности и тем самым оправдывает свою бездеятельность

29. Высшие смысловые мотивы поведения и жизни человека актуализируются в форме саморазвития -

- a) самоутверждение
- b) самосовершенствование

c) самоактуализация

d) самопознание

30. Способами (путями) самоактуализации А. Маслоу называл:

a) Способность человека прислушиваться к самому себе, т.е. ориентироваться не на мнение других, а на свой опыт, прислушиваться к голосу импульса

b) Способность быть честным, брать на себя ответственность.

c) Способность быть независимым, быть готовым отстаивать свои позиции, независимые от других

d) Способность человека к разоблачению собственной психопатологии – умения выявить свои защиты и найти в себе силы преодолеть их.

e) Способность сделать личность в целом твердой, чтобы это качество не поколебали ни обстоятельства, ни другие люди, ни сам утверждающийся субъект

f) Способность занять лидерские позиции, утвердиться в воле, уме, находчивости за счет других

31. Метод психологического исследования, который заключается в наблюдении собственных психических процессов без использования каких-либо инструментов или эталонов – это :

a) интроспекция

b) тестирование

c) моделирование собственной личности

d) эксперимент

32. К популярным методам стимуляции творчества, креативности, инновационного мышления относятся:

a) метод мозгового штурма;

b) метод синектики;

c) метод интеллект-карт

d) метод фокальных объектов

e) метод поощрения

f) метод создания ситуаций эмоциональных переживаний.

33. Эмоции или чувства: Сопоставьте характеристики.

Эмоции	кратковременные
	человек не всегда осознает: почему он их испытывает и какие конкретно испытывает в данный момент.
	сложно контролировать и скрывать
Чувства	Длительны и устойчивы
	Практически всегда осознаются
	Могут быть скрыты и не проявляться длительное время

33. Какие 4 эмоции по мнению исследователей читаются лучше всего?

a) радость

b) печаль

c) страх

d) гнев

e) презрение

f) высокомерие

g) огорчение

34. К вербальным приемам психологической саморегуляции относят:

a) Самовнушение

b) Самоубеждение

c) Самоанализ

- d) Анализ ситуации
- e) Упражнения, направленные на дыхание
- f) Упражнения, направленные на переключение внимания
- g) Различные физические упражнения
- h) Визуализация

35. К невербальным приемам психологической саморегуляции относят:

- a) Самовнушение
- b) Самоубеждение
- c) Самоанализ
- d) Анализ ситуации
- e) Упражнения, направленные на дыхание
- f) Упражнения, направленные на переключение внимания
- g) Различные физические упражнения
- h) Визуализация

36. Естественными способами психической саморегуляции являются:

- a) танцы
- b) взаимодействие с природой и животными
- c) еда
- d) сон
- e) юмор
- f) самоанализ
- g) упражнения, направленные на дыхание

37. Функциями самоменеджмента являются:

- a) постановка цели - анализ и формирование личных целей
- b) планирование - разработка планов и альтернативных вариантов своей деятельности
- c) принятие решений по конкретным делам
- d) реализация и организация - составление распорядка дня и организация личного трудового процесса с целью реализации поставленных задач
- e) контроль - самоконтроль и контроль итогов (в случае необходимости - корректировка целей)
- f) информация и коммуникация
- g) выявление потребностей
- h) мотивация для достижения целей
- i) самоанализ

38. Методами, с помощью которых реализуется функция самоменеджмента - планирование – являются:

- a) Планирование на конкретные периоды времени
- b) АЛПЕН-метод
- c) Менеджмент с помощью дневника времени
- d) Установка приоритетов Принцип Парето (Правило «80:20»)
- e) ABC-анализ
- f) Принцип Эйзенхауэра
- g) Делегирование полномочий
- h) Рациональное чтение
- i) Использование чеклистов и формуляров

39. Методами, с помощью которых реализуется функция самоменеджмента – принятие решений по конкретным задачам – являются:

- a) Планирование на конкретные периоды времени
- b) АЛПЕН-метод

с) Менеджмент с помощью дневника времени

- d) Установка приоритетов Принцип Парето (Правило «80:20»)
- e) ABC-анализ
- f) Принцип Эйзенхауэра
- g) Делегирование полномочий
- h) Рациональное чтение
- i) Использование чеклистов и формуляров

40. При определении понятия «самообразование» большинство ученых используют следующие характеристики:

- a) инициативность и самостоятельность субъекта самообразовательной деятельности
- b) личную заинтересованность субъекта
- c) дополнительность такой деятельности относительно основного образования
- d) целенаправленность
- e) систематичность, постоянство, последовательность самообразовательной деятельности
- f) соответствие индивидуальным возможностям субъекта
- g) приоритетность такой деятельности для субъекта
- h) недостаточную мотивированность субъекта
- i) отсутствие возможности самоактуализации субъекта

5.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

С целью определения уровня овладения компетенциями, закрепленными за дисциплиной, в заданные преподавателем сроки проводится текущий и промежуточный контроль знаний, умений и навыков каждого обучающегося. Все виды текущего контроля осуществляются на практических занятиях. Исключение составляет устный опрос, который может проводиться в начале или конце лекции в течение 15-20 мин. с целью закрепления знаний терминологии по дисциплине. При оценке компетенций принимается во внимание формирование профессионального мировоззрения, определенного уровня культуры, этические навыки, а также личные качества обучающегося формирования.

Процедура оценивания компетенций обучающихся основана на следующих стандартах:

1. Периодичность проведения оценки (1 раз в неделю).
2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и обучающимися группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекс мер по устранению недостатков.
3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.
4. Соблюдение последовательности проведения оценки.

Текущая аттестация обучающихся. Текущая аттестация обучающихся по дисциплине проводится в соответствии с локальными нормативными актами ОАНО ВО «МПСУ» и является обязательной.

Текущая аттестация по дисциплине проводится в форме опроса и контрольных мероприятий по оцениванию фактических результатов обучения обучающихся осуществляется ведущим преподавателем.

Объектами оценивания выступают:

- учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине);
- степень усвоения теоретических знаний (анализ и оценка активности и эффективности участия в практических занятиях, тестирование и т.д.);
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы (работа на семинарах или практических занятиях, включая интерактив);
- результаты самостоятельной работы (работа на семинарских занятиях, изучение книг из списка основной и дополнительной литературы).

Активность обучающегося на занятиях оценивается на основе выполненных обучающимся работ и заданий, предусмотренных данной рабочей программой дисциплины.

Кроме того, оценивание обучающегося проводится на текущем контроле по дисциплине. Оценивание обучающегося на контрольной неделе проводится преподавателем независимо от наличия или отсутствия обучающегося (по уважительной или неуважительной причине) на занятии. Оценка носит комплексный характер и учитывает достижения обучающегося по основным компонентам учебного процесса за текущий период.

Оценивание обучающегося носит комплексный характер и учитывает достижения обучающегося по основным компонентам учебного процесса за текущий период с выставлением оценок в ведомости.

Промежуточная аттестация обучающихся. Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине проводится в соответствии с локальными нормативными актами ОАНО ВО «МПСУ» и является обязательной.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в соответствии с учебным планом в виде зачета в период зачетно- экзаменационной сессии в соответствии с графиком проведения зачетов.

Обучающиеся допускаются к зачету с оценкой по дисциплине в случае выполнения им учебного плана по дисциплине: выполнения всех заданий и мероприятий, предусмотренных программой дисциплины. Оценка знаний обучающегося на зачете определяется его учебными достижениями в семестровый период и результатами текущего контроля знаний и ответом на зачете с оценкой.

Знания умения, навыки обучающегося на зачете с оценкой оцениваются оценками: «зачтено», «не зачтено».

Основой для определения оценки служит уровень усвоения обучающимися материала, предусмотренного данной рабочей программой.