

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАДЖИКИСТАН
МЕЖГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКО-ТАДЖИКСКИЙ (СЛАВЯНСКИЙ) УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет русской филологии, журналистики и медиатехнологий

Кафедра педагогики, психологии и методики преподавания

«УТВЕРЖДАЮ»

Зав. кафедрой, к.п.н., доцент
Кадырова М.Б. 
« 4 » 19.11. 2024г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине (модулю)

«Технологии самоорганизации и саморазвития современного профессионала»

Направление подготовки – 39.03.01 Социология

Профили подготовки – «Общая социология»

Форма подготовки: очная

Уровень подготовки: бакалавриат

Душанбе 2024

ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине (модулю): «Технологии самоорганизации и саморазвития современного профессионала
Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Технологии самоорганизации и саморазвития современного профессионала» разработан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 39.03.01 Социология, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации, №75 от 05.02.2018 г.

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности части компетенций: УК-3, УК-6.

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовать свою роль в команде Знает проблемы подбора эффективной команды; основные условия эффективной командной работы; основы стратегического управления человеческими ресурсами, нормативные правовые акты, касающиеся организации и осуществления профессиональной деятельности; модели организационного поведения, факторы формирования организационных отношений; стратегии и принципы командной работы, основные характеристики организационного климата и взаимодействия людей в организации; методы научного исследования в области управления; методы верификации результатов исследования; методы интерпретации и представления результатов

ИУК-3.1. Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из знания социологии и социальной психологии, методов развития личности этических норм профессионального взаимодействия с коллективом

ИУК-3.2. При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников

ИУК-3.3. Осуществляет обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценивает статусные позиции других членов команды для достижения поставленной цели

ИУК-3.4. Соблюдает нормы и установленные правила внутригруппового взаимодействияУК-6.

Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

ИУК-6.1. Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и т.д.), для успешного выполнения порученной работы;

ИУК-6.2. Планирует перспективные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и реализовывает намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей;

ИУК-6.3. Владеет навыком составления плана последовательных шагов для достижения поставленной цели.

№ п/п	Контролируемые разделы, темы, модули	Формируемые компетенции	Оценочные средства		
			Количество тестовых заданий	Другие оценочные средства	
				Вид	Количество

1	Тема 1. Основы самопознания и саморазвития.	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
2	Тема 2. Практикум по самопознанию и саморазвитию.	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
3	Тема 3. Самообразование как система умственного и мировоззренческого самовоспитания.	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
4	Тема 4 Анализ зарубежных и отечественных концепций по проблеме самоактуализации личности	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
5	Тема 5 Анализ зарубежных и отечественных концепций по проблеме самоактуализации личности	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
6	Тема 6. Основы самообразовательной деятельности. Проектирование профессионального самообразования	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
7	Тема 7. Развитие профессиональной карьеры и самообразование личности	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
8	Тема 8. Деловое общение как условие личностного и профессионального роста	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
9	Тема 9. Деловое общение как инструмент деловой этики	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	

			ИУК-6.2. ИУК-6.3.		
10	Тема 10. Манипуляции в деловом общении	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
11	Тема 11. Основные технологии самоорганизации и саморазвития личности	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
12	Тема 12. Эмоциональная саморегуляция	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
13	Тема 13. Основные технологии самоорганизации и саморазвития личности	УК-3, УК-6	ИУК-3.1. ИУК-3.2. ИУК-3.3. ИУК-3.4. ИУК-6.1. ИУК-6.2. ИУК-6.3.	Лекции, Практическое занятие, КСР, СРС	
	Всего: 144 ч.				

Экзамен

Формируемые компетенции:

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовать свою роль в команде. Знает проблемы подбора эффективной команды; основные условия эффективной командной работы; основы стратегического управления человеческими ресурсами, нормативные правовые акты, касающиеся организации и осуществления профессиональной деятельности; модели организационного поведения, факторы формирования организационных отношений; стратегии и принципы командной работы, основные характеристики организационного климата и взаимодействия людей в организации; методы научного исследования в области управления; методы верификации результатов исследования; методы интерпретации и представления результатов.

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине:

«Технологии самоорганизации и саморазвития современного профессионала»

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, Д.А.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.
31. Способы психологической саморегуляции
32. Способы самовоздействия: описание и примеры использования
33. Техники самоменеджмента: описание и примеры использования
34. Самоменеджмент как фактор повышения профессиональной эффективности.

К комплекту билетов прилагаются разработанные преподавателем и утвержденные на заседании кафедры критерии оценки по дисциплине.

Критерии оценки:

- **«отлично»** - студент владеет знаниями предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину; самостоятельно, в логической последовательности и исчерпывающе отвечает на все вопросы билета, подчеркивая при этом самое существенное, умеет анализировать, сравнивать, классифицировать, обобщать, конкретизировать и систематизировать изученный материал, выделять в нем главное; устанавливать причинно-следственные связи; четко формирует ответы, свободно читает результаты анализов и других исследований; хорошо знаком с основной литературой и методами исследования в объеме, необходимом для практической деятельности.

- **«хорошо»** - студент владеет знаниями дисциплины почти в полном объеме программы (имеются пробелы знаний только в некоторых, особенно сложных разделах); самостоятельно и отчасти при наводящих вопросах дает полноценные ответы на вопросы билета; не всегда выделяет наиболее существенное, не допускает вместе с тем серьезных ошибок в ответах; умеет решать легкие и средней тяжести ситуационные задачи.

- **«удовлетворительно»** - студент владеет основным объемом знаний по дисциплине; проявляет затруднения в самостоятельных ответах, оперирует неточными формулировками; в процессе ответов допускаются ошибки по существу вопросов. Студент способен решать лишь наиболее легкие задачи, владеет только обязательным минимумом методов исследований.

- **«неудовлетворительно»** - студент не освоил обязательного минимума знаний предмета, не способен ответить на вопросы билета даже при дополнительных наводящих вопросах экзаменатора.

Контрольные вопросы:

1. Какие задачи сформулированы в форме, не ориентированной на результат? Почему? Переформулируйте.
2. Распределите задачи, применяя матрицу Эйзенхауэра. Обоснуйте распределение
3. Как вы думаете какую эмоцию почувствовал человек, когда внезапно получил наследство? Обоснуйте ответ.
4. Как вы думаете какую эмоцию почувствовал человек, когда внезапно умер близкий человек? Обоснуйте ответ.
5. Какие техники управления эмоциями можно применить?
6. Эмоциональный интеллект и его значимость?

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если 1) полно и аргументированно отвечает по содержанию задания; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно;

- оценка «хорошо» выставляется, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет;

- оценка «удовлетворительно» ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки;

- оценка «неудовлетворительно» студент обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал; отмечаются такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если отвечающий хорошо владеет материалом, знает основные направления педагогики; имеет представление и в состоянии объяснить суть основных категорий педагогики, дидактики, воспитания.

- оценка «не зачтено» - обучающийся имеет лишь приблизительное представление об изучаемом предмете, весьма слабо ориентируется даже в предложенных для подготовки вопросах экзаменационного билета; совершенно не в состоянии отвечать на дополнительные вопросы, касающиеся основных проблем общей педагогики.

ДОКЛАД

Формируемые компетенции

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовать свою роль в команде Знает проблемы подбора эффективной команды; основные условия эффективной командной работы; основы стратегического управления человеческими ресурсами, нормативные правовые акты, касающиеся организации и осуществления профессиональной деятельности; модели организационного поведения, факторы формирования организационных отношений; стратегии и принципы командной работы, основные характеристики организационного климата и взаимодействия людей в организации; методы научного исследования в области управления; методы верификации результатов исследования; методы интерпретации и представления результатов

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Доклад - продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной темы.

Темы докладов:

1. Я и моя карьера
2. Формирование самомотивации
3. Эмоциональный интеллект и его роль в жизнедеятельности человека
4. Деловое общение как инструмент деловой этики Приемы саморегуляции
5. Траектория самообразования и саморазвития
6. Самоактуализация личности современного профессионала
7. Time менеджмент
8. Развитие профессиональной карьеры и самообразование личности Творческое мышление личности и его задача в современном обществе
9. Психологическими механизмами самопознания
10. Формы саморазвития

Требования к оформлению доклада:

1. Титульный лист доклада

Для доклада обязательно должна быть оформлена титульная страница. На ней указывается официальное название организации (сверху по центру), тема доклада (по центру листа), авторы (в правой нижней части страницы), город и год выполнения доклада (снизу по центру строки). При этом используется шрифт Times New Roman 14 пт, строчные буквы.

Для написания названия доклада можно использовать также **ПРОПИСНЫЕ** буквы, **полужирное** начертание. В названии не допускается использование переносов, а также не должно быть предлогов «висящих» в конце строки.

Абзацный отступ на титульной странице не используется.

Номер страницы не ставится, но учитывается.

2. Как оформить содержание

ОГЛАВЛЕНИЕ

Time менеджмент или технология управления временем	3
Принципы Time менеджмента.....	5
Список литературы	8

2.1. 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.

Содержание (оглавление) доклада

Оглавление следует сразу за титульной страницей, содержит сведения о разделах и подразделах доклада и страницах, на которых они располагаются. Шрифт Times New Roman 14 пт, допускается применение как строчных, так и прописных букв. Допускается не оформлять содержание, если текст доклада небольшой по объему и не разбит на разделы.

2.1. Оформление текста доклада

Текст доклада оформляется шрифтом Times New Roman 14 пт или 12 пт. Для написания основного текста допускается применение только строчных букв.

По всему тексту должен применяться абзацный отступ, который составляет 1,25 см. Чаще всего используется полуторный межстрочный интервал, но допускается применение одинарного.

Точка после названий глав не ставится. В названии глав могут применяться прописные буквы, полужирное начертание.

2.2. Оформление формул в докладе

Формулы выполняются в редакторе Microsoft Equation 3.0. Располагать формулы необходимо отдельной строкой, по центру, отделяя ее, при этом, абзацными отступами сверху и снизу от основного текста. Формулы нумеруются арабскими цифрами, которые заключаются в круглые скобки ставятся справа от формулы.

2.3. Оформление иллюстраций в докладе

Иллюстрации оформляются пятиконечной звездой.

Оформление рисунков, изображений, в том числе диаграмм и схем

К иллюстрациям относятся схемы, графики, диаграммы, рисунки и фотографии. Если в тексте доклада присутствует несколько иллюстраций, они должны быть пронумерованы.

Каждая иллюстрация должна иметь информативное и точное название. Название располагается под иллюстрацией по центру строки и начинается со слов: «Рисунок 1 –». Далее следует само название с заглавной буквы.

Выравниваются иллюстрации по центру и располагаются сразу после текста, в котором они упоминаются.

2.4. Оформление таблицы в докладе

В таблицах допускается использовать шрифт 10 или 12 пт. Каждая таблица должна иметь номер и название, начинающееся со слов: «Таблица 1». Название располагается сверху от таблицы.

Таблицы располагаются в тексте сразу за их упоминанием в тексте.

2.5. Оформление списка литературы:

1. Глухов В. П. Основы коррекционной педагогики и специальной психологии: Учеб. метод. пособие для вузов. - М.: МГГУ им. М. А. Шолохова, 2007. - 311 с.
2. Никуленко Т.Г. Коррекционная педагогика: учеб. пособие для вузов -М.: Феникс – 382 с. 2006.
3. Bradbury R. The Veldt. — [Электронный ресурс] — Режим доступа. — URL: <http://www.multikulti.ru/files/file00000564.pdf> (дата обращения 02.04.2013).

2.6. Оформление списка использованных источников

Оформление списка источников регламентировано ГОСТ Р 7.0.5-2008.

Для книг должны быть указаны: фамилия и инициалы авторов, название, место издания, издательство, год издания количество страниц.

Для статей из журналов указывается фамилия и инициалы авторов, название статьи, название журнала, год изданий, номер выпуска и страницы, на которых расположена статья.

Список литературы располагается в алфавитном порядке.

В тексте доклада должны быть указаны ссылки на источники с указанием в квадратных скобках номера соответствующего источника.

Главное, что необходимо помнить: доклад – текст для выступления. Поэтому при написании доклада в первую очередь необходимо уделять внимание его информативности, лаконичности и доступности изложения для слушателя. От этого зависит результат выступления с докладом.

Критерии оценки доклада:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если доклад соответствует требованиям;
- оценка «хорошо» - доклад отвечает предъявленным требованиям, имеются отдельные замечания;
- оценка «удовлетворительно» - доклад не в полной мере соответствует требованиям;
- оценка «неудовлетворительно» - доклад переписан (скачан) из других источников, не проявлена самостоятельность при выполнении задания.

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАДЖИКИСТАН
МОУ ВО «РОССИЙСКО-ТАДЖИКСКИЙ (СЛАВЯНСКИЙ) УНИВЕРСИТЕТ»**

**Факультет русской филологии, журналистики и медиатехнологий
Кафедра педагогики, психологии и методики преподавания**

ДОКЛАД

На тему: « _____ »

Автор:
студент 4 курса,
направления подготовки
Ф.И.О. (в именительном падеже)

Преподаватель (указать должность):
Ф.И.О.

Душанбе - 2023 г.

ТЕМЫ ЭССЕ

Формируемые компетенции:

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовать свою роль в команде Знает проблемы подбора эффективной команды; основные условия эффективной командной работы; основы стратегического управления человеческими ресурсами, нормативные правовые акты, касающиеся организации и осуществления профессиональной деятельности; модели организационного поведения, факторы формирования организационных отношений; стратегии и принципы командной работы, основные характеристики организационного климата и взаимодействия людей в организации; методы

научного исследования в области управления; методы верификации результатов исследования; методы интерпретации и представления результатов

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

Примерная тематика ЭССЕ

1. Как мотивировать себя?
2. Теории мотивации.
3. Творчество как ценность развивающегося человека
4. Латеральное мышление Э. де Боно. Управление мышлением
5. Эмоциональный интеллект. Техники управления эмоциями
6. «Я- концепция»: понятие «Я-образ»
7. Я-концепция и самоактуализация личности
8. Влияние семьи на развитие Я-образа
9. Барьеры саморазвития
10. Способы самодиагностики: описание и практическое использование

Эссе студента — это самостоятельная письменная работа на тему, или предложенную преподавателем, или выбранную самостоятельно. Цель - развитие навыков самостоятельного творческого мышления.

Так как эссе выражает индивидуальную позицию автора, то ему свойственны образность, афористичность и парадоксальность, уместны примеры, аналогии и параллели из личного опыта. В эссе принято использовать художественные образы: метафоры, символы, сравнения, яркие цитаты, статистические данные, исторические события. Украсят эссе неожиданные выводы, резкие повороты и интересные переходы.

Эссе состоит из введения, основной части и заключения.

Во введении формулируется вопрос, на который вы собираетесь найти ответ в ходе своего исследования. Избегайте вопросов, которые ведут к описанию (что, где, когда). Ставьте вопросы, которые позволяют вам давать объяснение (почему, как). Например, «Почему тема, которую я раскрываю, является важной в настоящий момент?». Не следует ставить такие вопросы, на которые нет ответа. Кроме того, вам необходимо показать, чем этот вопрос интересен именно для вас. Во введении вы формулируете тезис – короткий ответ на поставленный вами вопрос. При написании эссе следует избегать таких фраз, как «В данном эссе я расскажу о...», «В этом эссе рассматривается проблема...» и т.п. Гораздо лучше заменить их вопросами, постановкой проблемы или обращением к читателю, ведь основная цель эссе - заинтересовать читателя, донести до него точку зрения автора, заставить задуматься над прочитанным, сделать свои собственные выводы по исследуемым вопросам. Цель введения – привлечь внимание, поэтому эссе вы можете начать, например с интересной, захватывающей информации.

Основная часть представляет собой анализ, т.е. содержит доказательства, которые вы приводите в подтверждение выдвинутого тезиса. При этом необходимо указать источники своих доказательств. Нельзя ссылаться на работы, которые автор эссе не читал сам.

Все положения и доказательства должны быть взаимосвязаны друг с другом. При этом не снижайте интерес к своему тексту словами «во-первых», «далее», «затем», «таким образом», «следовательно».

Нельзя забывать, что данные, касающиеся спорных вопросов, всегда подвергаются сомнению. В основной части могут быть рассмотрены и опровергнуты контраргументы. В этом случае вы должны продемонстрировать, почему ваше объяснение лучше подходит к имеющимся фактам.

Необходимо быть внимательным к теме и типу заданного эссе. Исходя из типа эссе, вы определяете свою задачу. Например, если вы пишете эссе причина-следствие, то необходимо описать причины проблемы, благодаря которым она появилась, а также следствия. Анализ причин и следствий составляет основную часть такого типа эссе.

Заключение подытоживает эссе. Методы, рекомендуемые для составления заключения: иллюстрация, цитата, впечатляющее утверждение. Важно, чтобы у читателей сохранился интерес к

вашему исследованию. Заключение может содержать такой очень важный, дополняющий эссе элемент, как указание на применение (импликацию) исследования, не исключая взаимосвязи с другими проблемами (эссе-убеждение, эссе типа проблема-решение). Можно завершить эссе вопросом читателю (эссе-размышление).

В качестве заключения можно обобщить свои мысли и сформулировать ответ на вопрос: «Что можно сказать о проблеме, поставленной в начале эссе?». При этом не следует повторять свое тезисное утверждение, а найти новый путь изложения того, чего вы достигли в процессе своего исследования.

Объем эссе не должен превышать 3 страниц машинописного текста. Эссе представляет собой одну из форм контроля, которая позволяет оценивать знания студента по какому-то вопросу (проблеме), его навыки грамотного и четкого изложения своих мыслей, умение структурировать информацию, использовать основные категории анализа, выделять причинно-следственные связи, иллюстрировать понятия соответствующими примерами, аргументировать свои выводы.

Качество эссе определяется по следующим критериям:

- 1) знание и понимание теоретического материала;
- 2) анализ и оценка информации;
- 3) построение суждений;
- 4) оформление работы.

Задание по написанию эссе считается выполненным в случаях, если:

- эссе написано самостоятельно;
- студент использует понятия в соответствии с темой, приводя соответствующие примеры;
- студент грамотно применяет категории анализа; умело использует приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений;
- мысли изложены ясно и четко, доказательства логично структурированы;
- студент приводит альтернативные точки зрения и дает им личную оценку;
- работа отвечает основным требованиям к оформлению и использованию цитат;
- в работе соблюдены лексические, фразеологические, грамматические и стилистические нормы русского литературного языка.

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если задание полностью выполнено и оформление выполнено в соответствии с требованиями;
- оценка «хорошо» - задание выполнено, и в целом, отвечает предъявляемым требованиям, имеются отдельные замечания и ошибки в оформлении работы;
- оценка «удовлетворительно» - задание выполнено на 50%, работа не в полной мере соответствует требованиям;
- оценка «неудовлетворительно» - задание выполнено менее, чем на 50%, работа переписана (скачана) из других источников, не проявлена самостоятельность при выполнении задания.

Тестирование

Формируемые компетенции:

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовать свою роль в команде. Знает проблемы подбора эффективной команды; основные условия эффективной командной работы; основы стратегического управления человеческими ресурсами, нормативные правовые акты, касающиеся организации и осуществления профессиональной деятельности; модели организационного поведения, факторы формирования организационных отношений; стратегии и принципы командной работы, основные характеристики организационного климата и взаимодействия людей в организации; методы научного исследования в области управления; методы верификации результатов исследования; методы интерпретации и представления результатов

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

Типовые тестовые задания для итогового тестирования

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 ввиду?

- 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, выражающиеся 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, выражающиеся 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, выражающиеся 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. Психологическими механизмами самопознания являются:

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

25. Формы саморазвития – это:

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

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

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

27. 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

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

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

29. 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

30. 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

Составитель: Мирзоева И.М. _____