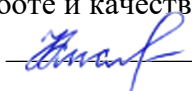


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце: федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
ФИО: Кислова Наталья Николаевна «Самарский государственный социально-педагогический университет»
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 31.08.2026 17:42:09
Уникальный программный ключ: Кафедра психологии и социальной педагогики
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

Утверждаю
Проректор по учебно-методической
работе и качеству образования
 Н.Н. Кислова

Ярушкин Николай Николаевич

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Саморазвитие на основе жизненных целей»

Направление подготовки (специальность)
37.04.01 Психология, 38.04.02 Менеджмент

Направленность (профиль)
«Психология и управленческое консультирование»

Квалификация выпускника
Магистр

Рассмотрено
Протокол № 11 от 30.06.2026 г.
Заседания кафедры психологии и социальной
педагогики

Одобрено
Начальник Управления образовательных
программ  Н.А. Доманина

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Саморазвитие на основе жизненных целей» разработан в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования – магистратуры по направлениям подготовки 37.04.01 Психология, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 841, 38.04.02 Менеджмент, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 12 августа 2020 г. № 952, основной профессиональной образовательной программой «Психология и управленческое консультирование» с учетом требований профессионального стандарта 03.008 Психолог в социальной сфере, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2023 г. N 716н, 03.018 Психолог-консультант, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2022 г. № 537н, 08.006 Специалист по внутреннему контролю (внутренний контролер), утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 ноября 2022 г. № 731н, 08.018 Специалист по управлению рисками, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 апреля 2025 г. № 264н.

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности компетенции УК-6, ОПК-7 П.

Задачи ФОС для промежуточной аттестации - контроль качества и уровня достижения результатов обучения по формируемым в соответствии с учебным планом компетенциям:

УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

УК-6.1 Знает способы саморазвития, способы самоорганизации, способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки

Знает: технологии целеполагания и целедостижения для постановки собственных целей личностного и профессионального развития, а также требования рынков труда и образовательных услуг для выстраивания траектории личностного саморазвития и профессионального роста; знает техники самоорганизации и самоконтроля для реализации собственной деятельности без ущерба психологическому здоровью

УК-6.2 Умеет определять личностные и профессиональные приоритеты собственной деятельности для её совершенствования

Умеет: определять и анализировать уровень самооценки и уровень притязаний как основу для выбора приоритетов собственной деятельности; уметь определять приоритеты собственной деятельности, с позиций личностного развития и этапов профессионального роста

УК-6.3 Владеет навыками самоорганизации и методами саморазвития для совершенствования собственной деятельности

Владеет: способами оценки собственных ресурсов; анализом возможностей выбора способов преодоления личностных ограничений на пути достижения целей; владеет навыками организации и проведения научно-исследовательской работы в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами

ОПК-7 П. Способен вести просветительскую и психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей

ОПК-7.1 П. Знает основные задачи и методы профилактики и просвещения

Знает задачи профилактики, уровни профилактики, ключевые задачи просвещения

ОПК-7.2 П. Умеет оценить потребности целевой аудитории и разработать планы и программы профилактической и просветительской работы

Умеет проводить диагностику потребностей, выбирать и применять методы сбора данных (анкетирование, интервью, фокус-группы, анализ статистики, наблюдение); выявлять ключевые проблемы, риски и ресурсы целевой группы

ОПК-7.3 П. Владеет приемами стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям, практике и услугам

Владеет коммуникативными и методическими приёмами, чтобы пробудить и поддержать интерес разных групп аудитории к психологии: повышать осведомлённость о психологической грамотности, мотивировать к освоению знаний и обращению за профессиональной помощью

Требования к процедуре оценки:

Помещение: особых требований нет

Оборудование: особых требований нет

Инструменты: особых требований нет

Расходные материалы: листы с заданиями, листы для ответов, ручки

Доступ к дополнительным справочным материалам: особых требований нет

Нормы времени: 1 час 30 минут

Комплект оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

ОПК-7 П. Способен вести просветительскую и психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

УК-6.1 Знает способы саморазвития, способы самоорганизации, способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки

УК-6.2 Умеет определять личностные и профессиональные приоритеты собственной деятельности для её совершенствования

УК-6.3 Владеет навыками самоорганизации и методами саморазвития для совершенствования собственной деятельности

ОПК-7.1 П. Знает основные задачи и методы профилактики и просвещения

ОПК-7.2 П. Умеет оценить потребности целевой аудитории и разработать планы и программы профилактической и просветительской работы

ОПК-7.3 П. Владеет приемами стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям, практике и услугам

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Знает: технологии целеполагания и целедостижения для постановки собственных целей личностного и профессионального развития, а также требования рынков труда и образовательных услуг для выстраивания траектории личностного саморазвития и профессионального роста; знает техники самоорганизации и самоконтроля для реализации собственной деятельности без ущерба психологическому здоровью

Умеет: определять и анализировать уровень самооценки и уровень притязаний как основу для выбора приоритетов собственной деятельности; умеет определять приоритеты собственной деятельности, с позиций личностного развития и этапов профессионального роста

Владеет: способами оценки собственных ресурсов; анализом возможностей выбора способов преодоления личностных ограничений на пути достижения целей; владеет навыками организации и проведения научно-исследовательской работы в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами

Знает задачи профилактики, уровни профилактики, ключевые задачи просвещения

Умеет проводить диагностику потребностей, выбирать и применять методы сбора данных (анкетирование, интервью, фокус-группы, анализ статистики, наблюдение); выявлять ключевые проблемы, риски и ресурсы целевой группы

Владеет коммуникативными и методическими приёмами, чтобы пробудить и поддержать интерес разных групп аудитории к психологии: повышать осведомлённость о психологической грамотности, мотивировать к освоению знаний и обращению за профессиональной помощью

Тип (форма) задания: задание практического характера, имеющее отношение к профессиональной деятельности

Пример типовых заданий (оценочные материалы):

Тест Письменное тестирование рассматривается как рубежный контроль успеваемости и проводится после изучения определенного раздела дисциплины (входной контроль) и результаты тестирования учитываются при проведении промежуточной аттестации.

Вопросы теста:

1. Системное свойство высокоорганизованной материи, заключающееся в активном отражении индивидом объективного мира, в построении образа этого мира и саморегуляции на этой основе своего поведения и деятельности - это:

- А) психика
- Б) сознание
- В) самосознание
- Г) экономика

2. Одно из направлений процесса самоорганизации и саморазвития, основоположниками которого являются – С.Л. Рубинштейн и А.Н. Леонтьев:

- А) деятельностный подход
- Б) педология
- В) технология
- Г) экономика

3. Одно из направлений, представители которого изучают бессознательное и его влияние на сознание и поведение человека:

- А) гештальт-психология
- Б) психоанализ
- В) когнитивизм
- Г) ассоцианизм

4. Обусловленность явлений действием производящих их факторов составляет суть принципа: А) детерминизма

- Б) системности
- В) развития
- Г) управления

5. Принцип, утверждающий о том, что любое явление должно рассматриваться в постоянном изменении, движении:

- А) детерминизма
- Б) развития
- В) перехода количественных изменений в качественные
- Д) объективности

6. Вид эксперимента, предполагающий использование минимального количества оборудования в ситуации, близкой к естественной:

- А) констатирующий
- Б) полевой
- В) идеальный
- Г) формирующий

7. Процедура установления взаимнооднозначного соответствия между множеством объектов (состояний) и множеством символов (чисел), вид исследования, в процессе которого исследователь выявляет качественные и количественные характеристики объекта (множества объектов) с помощью внешних средств (приборов, тестов и пр.):

- А) наблюдение
- Б) эксперимент
- В) измерение
- Г) тест

Выбрать наиболее подходящий вариант ответа (а,б,в,г,д,е) на каждый из вопросов и отметить ответ на листе тестирования.

Выберите один правильный ответ:

8. Способность к интегральной регуляции природных, психических, личностных состояний, качеств, свойств, осуществляемая сознанием волевыми и интеллектуальными механизмами, проявляющаяся в мотивах поведения и реализуемая в упорядоченности деятельности и поведения, это –

- а) самоорганизация личности
- б) самообразование личности
- в) самоуправление личности
- г) саморазвитие личности
- д) самовоспитание личности
- е) нет правильного ответа

9. Подход к изучению самоорганизации через выделение и изучение свойств или комплекса свойств, которые образуют или детерминируют такое психологическое качество как организованность, характеризует подход: а) деятельностный

- б) личностный
- в) интегрированный
- г) технический
- д) кибернетический
- е) нет правильного ответа.

1. 10. Вставьте пропущенные слова:

Личность (в широком смысле) – это конкретный человек в совокупности тех духовных, психических особенностей и качеств, которые характеризуют его как _____ (продукт, результат) общественного (и другого) развития и как _____ преобразования действительности на основе ее познания и отношения к ней.).

Оценочный лист к типовому заданию 1. (модельный ответ)

За каждый правильный ответ начисляется 1 балл. Итого 10 баллов.

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

ОПК-7 П. Способен вести просветительскую и психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

УК-6.1 Знает способы саморазвития, способы самоорганизации, способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки

УК-6.2 Умеет определять личностные и профессиональные приоритеты собственной деятельности для её совершенствования

УК-6.3 Владеет навыками самоорганизации и методами саморазвития для совершенствования собственной деятельности

ОПК-7.1 П. Знает основные задачи и методы профилактики и просвещения

ОПК-7.2 П. Умеет оценить потребности целевой аудитории и разработать планы и программы профилактической и просветительской работы

ОПК-7.3 П. Владеет приемами стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям, практике и услугам

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Знает: технологии целеполагания и целедостижения для постановки собственных целей личностного и профессионального развития, а также требования рынков труда и образовательных услуг для выстраивания траектории личностного саморазвития и профессионального роста; знает техники самоорганизации и самоконтроля для реализации собственной деятельности без ущерба психологическому здоровью

Умеет: определять и анализировать уровень самооценки и уровень притязаний как основу для выбора приоритетов собственной деятельности; умеет определять приоритеты собственной деятельности, с позиций личностного развития и этапов профессионального роста

Владеет: способами оценки собственных ресурсов; анализом возможностей выбора способов преодоления личностных ограничений на пути достижения целей; владеет навыками организации и проведения научно-исследовательской работы в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами

Знает задачи профилактики, уровни профилактики, ключевые задачи просвещения

Умеет проводить диагностику потребностей, выбирать и применять методы сбора данных (анкетирование, интервью, фокус-группы, анализ статистики, наблюдение); выявлять ключевые проблемы, риски и ресурсы целевой группы

Владеет коммуникативными и методическими приёмами, чтобы пробудить и поддержать интерес разных групп аудитории к психологии: повышать осведомлённость о психологической грамотности, мотивировать к освоению знаний и обращению за профессиональной помощью

Тип (форма) задания: задание практического характера, имеющее отношение к профессиональной деятельности

Пример типовых заданий (оценочные материалы):

Составьте план доклада-выступления перед педагогами или другими специалистами по вопросам использования здоровьесберегающих технологии в профессиональной деятельности, учета рисков и опасностей социальной среды и образовательного пространства (укажите их в плане).

Примерный план выступления

1. Тема доклада
2. Цель и задачи выступления
3. Предварительная работа
4. Примерный план изложения доклада-выступления

Пункт плана	Наименование пунктов плана изложения выступления	Тезисы выступления	Методы и средства достижения цели, активные методы обучения (дискуссии, игры, тренинг), эффективного взаимодействия со слушателями, активизации внимания слушателей, создание конструктивного диалога, личностно-ориентированные методы и др.	Оборудование

Оценочный лист к типовому заданию 2. (модельный ответ)

П.№	Показатель результативности (критерий)	Оценка результативности		
		0 (не соответствие)	1 (частичное соответствие)	2 (полное соответствие)
1.	Тема доклада на педсовете для педагогов и других специалистов актуальная, соответствует выбранной проблеме особенностей регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях			
2.	Цель конкретная, соответствует теме выступления			
3.	Задачи полностью решают поставленную проблему, раскрывают пути достижения цели			
4.	Продумана и описана предварительная работа			
5.	Логично выстроен план выступления			
6.	Пункты плана логично взаимосвязаны			
7.	Тезисы выступления краткие, последовательно раскрывают пункты плана			
8.	Использует не менее 2-х эффективных средств достижения поставленной цели			
9.	В процессе выступления планирует не менее 2-х активных методов коррекции регуляции поведения и деятельности человека			
10.	Подобрано не менее 2-х методов установления эмоционального контакта с педагогами образовательной организации или другими специалистами в процессе выступления			
11.	Подобрано не менее 2-х методов и средств эффективного взаимодействия со слушателями, активизации их внимания, создания конструктивного диалога.			
12.	Подобрано не менее 2-х методов и приемов личностно-ориентированного общения со слушателями			
Максимальное количество баллов				24

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

ОПК-7 П. Способен вести просветительскую и психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

УК-6.1 Знает способы саморазвития, способы самоорганизации, способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки

УК-6.2 Умеет определять личностные и профессиональные приоритеты собственной деятельности для её совершенствования

УК-6.3 Владеет навыками самоорганизации и методами саморазвития для совершенствования собственной деятельности

ОПК-7.1 П. Знает основные задачи и методы профилактики и просвещения

ОПК-7.2 П. Умеет оценить потребности целевой аудитории и разработать планы и программы профилактической и просветительской работы

ОПК-7.3 П. Владеет приемами стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям, практике и услугам

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Знает: технологии целеполагания и целедостижения для постановки собственных целей личностного и профессионального развития, а также требования рынков труда и образовательных услуг для выстраивания траектории личностного саморазвития и профессионального роста; знает техники самоорганизации и самоконтроля для реализации собственной деятельности без ущерба психологическому здоровью

Умеет: определять и анализировать уровень самооценки и уровень притязаний как основу для выбора приоритетов собственной деятельности; умеет определять приоритеты собственной деятельности, с позиций личностного развития и этапов профессионального роста

Владеет: способами оценки собственных ресурсов; анализом возможностей выбора способов преодоления личностных ограничений на пути достижения целей; владеет навыками организации и проведения научно-исследовательской работы в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами

Знает задачи профилактики, уровни профилактики, ключевые задачи просвещения

Умеет проводить диагностику потребностей, выбирать и применять методы сбора данных (анкетирование, интервью, фокус-группы, анализ статистики, наблюдение); выявлять ключевые проблемы, риски и ресурсы целевой группы

Владеет коммуникативными и методическими приёмами, чтобы пробудить и поддержать интерес разных групп аудитории к психологии: повышать осведомлённость о психологической грамотности, мотивировать к освоению знаний и обращению за профессиональной помощью

Тип (форма) задания: задание практического характера, имеющее отношение к профессиональной деятельности

Пример типовых заданий (оценочные материалы):

Составить индивидуальную программу самоорганизации учебной деятельности учащегося с использованием таких методов, как самонаблюдение, подстройка, материальное подкрепление, социальное подкрепление, контракт с самим собой, контракт со значимым другим, формирование, напоминания.

Оценочный лист к типовому заданию 3 (модельный ответ)

№	Критерий	Индикатор		
		0 (не соответствие)	1 (частичное соответствие)	2 (полное соответствие)
1.	Указана литература, используемая при составлении программы, а так же литература, которую могут использовать учащиеся			
2.	Сформулированы актуальность исследования, объект, предмет, гипотеза, цель, задачи, теоретическая и практическая значимость			
3.	Обоснованы ожидаемые результаты реализации программы			
4.	Аргументировано применение методов теоретического анализа			
5.	Подобраны адекватные программе 3-4 метода оптимизации учебной деятельности			
6.	Обоснованы критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы			
7.	Выбранные методы соответствуют обозначенной в теме выборке испытуемых			
8.	Указан вид программы, обосновано описание проблемной ситуации, на решение которой она направлена			
9.	Обоснована необходимость реализации данной программы для достижения указанных целей			
10.	Задачи сформулированы в виде, определяющем пути достижения цели участниками занятий			

№	Критерий	Индикатор		
		0 (не соответствие)	1 (частичное соответствие)	2 (полное соответствие)
11.	Указаны научные, методологические, и методические основания программы			
Максимальное количество баллов:				22

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Оценка ответов осуществляется в соответствии с представленными критериями.

Оценка степени сформированности результатов обучения производится по шкале:

Менее 56 баллов – низкий уровень (неудовлетворительно);

56-70 баллов – пороговый уровень (удовлетворительно);

71-85 – продвинутый уровень (хорошо);

86-100 – высокий уровень (отлично).