

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
Институт непрерывного педагогического образования

Кафедра педагогики

УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ САМОРАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

Учебный модуль по направлению подготовки
44.04.02 – Психолого-педагогическое образование
Профиль «Школьная психология»

Фонд оценочных средств

Принято на заседании Ученого совета
ИНПО
Протокол № 5 от «24» 05 2017 г.
Зам. директора ИНПО
С.М. Ёлкин

Разработали:
Доцент кафедры педагогики
С.М. Ёлкин
Доцент кафедры психологии
А.А. Моисеева
«10 мая» 2017 г.

Принято на заседании кафедры педаго-
гогики
Протокол № 5
от 10 05 2017 г.

Заведующий кафедрой
С.Н. Горычева
10 мая 2017 г.

Паспорт фонда оценочных средств
по учебному модулю «Управление процессом саморазвития личности»
44.04.02 – Психолого-педагогическое образование

Виды учебной работы	Формируемые компетенции	Форма текущего контроля	Кол-во заданий
УЭМ 1 Саморегуляция личности в профессиональной деятельности			
1.1 Психические состояния, возникающие в профессиональной деятельности системы «человек-человек»	ОК-3 ОПК-1 ПК-26 ПК-29	методическая разработка работа на занятии	1
1.2 Определение, структура и содержание саморегуляции человека. Методы психологической саморегуляции		Анализ проведения диагностики Работа на занятии	1
1.3 Саморегуляция личности как направление стресс-менеджмента		Анализ заполнения таблиц Работа на занятии	1
1.4 Нервно-мышечная релаксация (НМР)		Анализ статьи Сравнительный анализ техник релаксации Ведение дневника самонаблюдения	1
1.5 Саморегуляция ритмов дыхания		Ведение дневника самонаблюдения Доклад	1
1.6 Аутогенная тренировка (АТ)		Практическое задание Ведение дневника самонаблюдения	1
1.7 Идеомоторная тренировка и сенсорная репродукция образов		Методическая разработка Ведение дневника самонаблюдения Промежуточный контроль проекта	1
1.8 Позитивное мышление и его роль в регуляции эмоционального состояния		Анализ диагностики Методическая разработка памятки «Язык поддержки и подавления» Работа на занятии	1
УЭМ-2 Самообразование и самовоспитание			
2.1 Психолого-педагогические основы самообразования и самовоспитания	ОК-3 ОПК-1 ПК-26 ПК-29	Составление глоссария по теме	1
2.2 Самовоспитание школьников		Методическая разработка	1
2.3 Самообразование студентов		Проект	1
2.4 Профессиональное самообразование учителя		Создание методической «копилки»	1
2.5 Модель самообразовательной деятельности учителя		Методическая разработка	1
2.6 Готовность педагогов к самообразованию		Составление таблицы	1
2.7 Профессиональное самовоспитание		Создание «копилки» тестов и методик	1
2.8 Защита авторской программы самообразования и самовоспитания		Разработка и презентация программы	1
Аттестация (экзамен)	ОК-3 ОПК-1 ПК-26 ПК-29	Портфолио	1

Характеристика оценочных средств

Проверочное задание

Требования к проверочному заданию

Проверочное задание направлено на контроль усвоения студентом основных теоретических понятий и терминов, которые были изучены в процессе работы с материалом УЭМ. Характер и содержание вопросов проверочного задания, а также степень их освоения можно проверить с помощью задания для самопроверки.

1. Житейскими методами снятия стресса, являются _____
2. Физиологические методы снятия стресса _____
3. Организационные методы, которые применяются в психологии труда и инженерной психологии для уменьшения уровня профессионального стресса – это _____
4. Перечислите достоинства и недостатки следующих определений:
«Саморегуляция – целесообразное, относительно соответствующее изменяющимся условиям установление равновесия между средой и организмом»
«Саморегуляция – процесс управления человеком собственными психологическими и физиологическими состояниями, а также поступками»
«Саморегуляция – целесообразное функционирование живых систем разных уровней организации и сложности».
5. На какие группы можно разделить все существующие концепции саморегуляции?
6. «Психотерапевтический метод самовнушения» - это:
А) аутогенная тренировка;
Б) гипноз;
В) система йоги;
Г) снятие комплексов и запретов.
7. Сущность аутогенной тренировки состоит в _____
8. Сферы, в которых применяется аутогенная тренировка:
А) нарушение сна;
Б) эмоциональная неустойчивость;
В) алкоголизм и т.п.;
Г) учеба.
9. Сколько упражнений было выделено в классической методике И.Шульца?
А) 6
Б) 7
В) 8
Г) 10
10. К какой методике И.Шульца относится выражение: «Моя правая рука теплая»?
А) упражнение на вызывание ощущения тяжести;
Б) вызывание ощущения тепла;
В) вызывание тепла в эпигастральной области;
Г) управление ритмом сердечной деятельности.
10. Уникальные особенности дыхания в плане саморегуляции и антистрессорного воздействия состоят в _____
11. Медитация это -
А) дыхательная методика психокоррекции
Б) общее состояние покоя
В) умственное действие с целью приведения психики человека в состояние углубленности
Г) психотерапевтический метод самовнушения
12. На чем основана релаксация?
А) на глубоком и медленном дыхании
Б) на сосредоточении мыслей
В) на сохранении здоровья

Г) на сознательном расслаблении мышц

13. В чем состоит помощь расслабления?

А) улучшение внимания

Б) уменьшение внутреннего беспокойства

В) создание благоприятных условий для работы

Г) все ответы верны

14. С фамилией какого ученого на Западе связывают начало использования нервно-мышечной релаксации?

А) О.Грегор

Б) Э.Джекобсон

В) И.Шульц

Г) Э.Куэ

Параметры оценочного средства

Предел длительности контроля	30 мин
Предлагаемое количество тем из одного контролируемого раздела	Согласно плана задания
Последовательность выборки тем из каждого раздела	Случайный
Критерии оценки:	выполнено верно заданий
«5»	100 – 90 - %
«4»	89 – 75 %
«3»	74-50 %
Проверяемый компонент компетенции	Знания

Дневник самонаблюдения

Требования к выполнению задания:

- дневник заполняется каждый по определенным темам и по результатам его заполнения проводится групповая дискуссия;

Паспорт оценочного средства

Количество заданий	1
Последовательность выборки задач	Самостоятельный выбор
Критерии оценки: <ul style="list-style-type: none">– глубина рефлексии;– умение ответить на дополнительные вопросы;– проявление собственного отношения к упражнениям оформление дневника.	
«отлично», если	Полностью соответствует критериям
«хорошо», если	Имеется несоответствие по одному или двум критериям
«удовлетворительно», если	Имеется несоответствие более чем по двум критериям

Характеристика оценочного средства «Методическая разработка»

Паспорт оценочного средства

Количество заданий	1
Последовательность выборки задач	Самостоятельный выбор
Критерии оценки: <ul style="list-style-type: none">– полнота представления информации;– точность использования педагогической терминологии;– аккуратность оформления;– корректная формулировка цели и задач;– самостоятельность разработки	
«отлично», если	Полностью соответствует критериям
«хорошо», если	Имеется несоответствие по одному или двум критериям
«удовлетворительно», если	Имеется несоответствие более чем по двум критериям

Характеристика оценочного средства «Проектирование программы»

Паспорт оценочного средства

Количество заданий	1
Последовательность выборки задач	Самостоятельный выбор
Критерии оценки:	

<ul style="list-style-type: none"> – соответствие программы предложенной структуре; – обоснование актуальности; – обоснование концептуальных подходов; – раскрытие содержания программы; – описание организационных структур, необходимых для реализации программ и способов их взаимодействия; – описание информационных и материально-технических ресурсов; – механизм реализации программы – оформление программы; – реализуемость программы; – наличие приложений. 	
«отлично», если	Полностью соответствует критериям
«хорошо», если	Имеется несоответствие по одному или двум критериям
«удовлетворительно», если	Имеется несоответствие более чем по двум критериям

Характеристика оценочного средства «Глоссарий»

Паспорт оценочного средства

Количество заданий	1
Последовательность выборки задач	Самостоятельный выбор
Критерии оценки: <ul style="list-style-type: none"> – расположение понятий в алфавитном порядке; – соответствие выбираемых понятий содержанию дисциплины; – научность; – содержательность определений; – наличие ссылок на источники. 	
«отлично», если	Полностью соответствует критериям
«хорошо», если	Имеется несоответствие по одному или двум критериям
«удовлетворительно», если	Имеется несоответствие более чем по двум критериям

Характеристика оценочного средства «Портфолио»

Паспорт оценочного средства

Количество заданий	1
Последовательность выборки задач	Самостоятельный выбор
Критерии оценки: <ul style="list-style-type: none"> – аккуратность оформления; – наличие титульного листа, оглавления, соответствие размещения материалов оглавлению; – полнота отражения изучаемого материала; – творческое оформление материалов; 	

– наличие самоанализа и самооценки в отчетных работах;	
– приложение дополнительных материалов, творческих работ и т.д.	
«отлично», если	Полностью соответствует критериям
«хорошо», если	Имеется несоответствие по одному или двум критериям
«удовлетворительно», если	Имеется несоответствие более чем по двум критериям

Характеристика оценочного средства «Проект»

Паспорт оценочного средства

Количество заданий	1
Последовательность выборки задач	Самостоятельный выбор
<p>Критерии оценки:</p> <ul style="list-style-type: none"> – обоснование актуальности проекта; – наличие цели и задач проекта; – раскрытие сущности проекта; – наличие четкой структуры проекта; – раскрытие практических путей реализации проекта; – демонстрация общей культуры публичного выступления, защиты проекта; – соблюдение регламента презентации проекта; – умение четко, лаконично дать ответы на вопросы; – использование наглядности, раздаточного материала. 	
«отлично», если	Полностью соответствует критериям
«хорошо», если	Имеется несоответствие по одному или двум критериям
«удовлетворительно», если	Имеется несоответствие более чем по двум критериям

Характеристика оценочного средства «Схемы и таблицы»

Паспорт оценочного средства

Количество заданий	1
Последовательность выборки задач	Самостоятельный выбор
<p>Критерии оценки:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наглядность, ясность схематических обозначений, условных знаков; – лаконичность формулировок; – использование ключевых слов; – соответствие теме задания; – полнота отражения материала; – аккуратное оформление; творческий подход (яркие образы, символы). 	
«отлично», если	Полностью соответствует критериям
«хорошо», если	Имеется несоответствие по одному или двум критериям
«удовлетворительно», если	Имеется несоответствие более чем по двум критериям

**Характеристика оценочного средства
«Доклад»**

Паспорт оценочного средства

Количество заданий	1
Последовательность выборки задач	Самостоятельный выбор
<p>Критерии оценки:</p> <ul style="list-style-type: none"> – соблюдение структуры доклада и регламента времени; – владение знаниями по теме исследования; – владение научной терминологией; – манера изложения, грамотность речи; – артистизм и выразительность выступления; – качество ответов на вопросы; – грамотное выполнение презентации. 	
«отлично», если	Полностью соответствует критериям
«хорошо», если	Имеется несоответствие по одному или двум критериям
«удовлетворительно», если	Имеется несоответствие более чем по двум критериям

**Характеристика оценочного средства
«Работа на занятии»**

Паспорт оценочного средства

Количество заданий	1
Последовательность выборки задач	Самостоятельный выбор
<p>Критерии оценки:</p> <ul style="list-style-type: none"> – активность: от пассивного присутствия до инициативного и продуктивного участия; – осознанное использование теоретических знаний; – способность устанавливать доверительные и поддерживающие отношения на занятии; – опора на теоретические источники; – знание различных точек зрения на рассматриваемый вопрос. 	
«отлично», если	Полностью соответствует критериям
«хорошо», если	Имеется несоответствие по одному или двум критериям
«удовлетворительно», если	Имеется несоответствие более чем по двум критериям

Семестровая аттестация по модулю

Экзамен по модулю предполагает разработку и защиту методического портфолио.

Примерная структура портфолио:

- глоссарий по курсу;
- методические рекомендации педагогам по самообразовательной деятельности;
- проект рефлексивного дневника студента;
- методическая «копилка» приемов, актуализирующих процесс самообразования у педагогов;
- копилка тестов и методик, выявляющих направленность на самовоспитание и самообразование у разных целевых групп (школьников, студентов, учителей, педагогов-психологов);
- авторская программа самообразования и самовоспитания;
- методики диагностики и коррекции эмоциональных состояний;
- упражнения на управление дыханием;
- техники снижения мышечного тонуса и достижения состояния релаксации;
- упражнения на отработку позитивного стиля мышления;
- собственный проект программы саморегуляции, направленный на профилактику или коррекцию неблагоприятных эмоциональных состояний психолога.

Критерии оценки портфолио

	Критерии оценки	Макс. 10 баллов
1.	Структурированность портфолио	
2.	Разнообразие представленных материалов	
3.	Качество оформления представленных работ	
4.	Уровень самостоятельности в разработке представленных материалов	
5.	Презентация портфолио	
	Всего баллов	

Всего за экзамен

30-34 (удовл.)
35-44 (хорошо)
45-50 (отлично)