

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.08.2026 17:54:53
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b5559c69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет безопасности жизнедеятельности
Кафедра безопасности жизнедеятельности и методики обучения

Согласовано
деканом факультета безопасности
жизнедеятельности
«24» марта 2026г.



/П.А. Ковалев/

Фонд оценочных средств
По дисциплине
Теория и методика саморазвития и самореализации личности

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями
подготовки)
Профиль:
Преподаватель основ безопасности и защиты Родины и советник
директора по воспитанию и взаимодействию с детскими и
молодежными общественными организациями

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Согласовано учебно-методической комиссией
факультета безопасности жизнедеятельности
Протокол «24» марта 2026 г. № 7

Председатель УМКом _____
/Ковалев П.А./

Рекомендовано кафедрой безопасности
жизнедеятельности и методики обучения
Протокол «02» марта 2026 г.
№ 7
Зав. кафедрой _____
/Махонин Е.В./

Москва
2026

Содержание:

1	Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	3
2	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	3
3.	Типовые контрольные задания, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	8
4.	Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	13

1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально- историческом, этическом и философском контекстах;	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ДПК-3 Способен разрабатывать и реализовывать мероприятия по выявлению, поддержке и развитию способностей и талантов обучающихся	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа

2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
УК-5	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знает и воспринимает Российскую Федерацию как национальное государство с исторически сложившимся разнообразным этническим и религиозным составом населения и региональной спецификой. Умеет: анализировать социокультурные различия социальных групп, опираясь на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории, социокультурных	Опрос, доклад	Шкала оценивания опроса Шкала оценивания доклада

			традиций мира, основных философских, религиозных и этических учений; демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям своего Отечества.		
	Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знает и воспринимает Российскую Федерацию как национальное государство с исторически сложившимся разнообразным этническим и религиозным составом населения и региональной спецификой. Умеет: анализировать социокультурные различия социальных групп, опираясь на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории, социокультурных традиций мира, основных философских, религиозных и этических учений; демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным	Опрос, тестовое задание, доклад, презентация	Шкала оценивания опроса Шкала оценивания тестового задания Шкала оценивания доклада Шкала оценивания презентации

			традициям своего Отечества. Владеет навыками конструктивного взаимодействия с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции; ценностными ориентирами и гражданской позицией; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера.		
ДПК-4	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знает: технологии работы со способными, одаренными и талантливыми детьми и подростками; лидерами Умеет: организовывать мероприятия по выявлению, поддержке и развитию способностей и талантов обучающихся, направленные на самоопределение, саморазвитие, самореализацию, самообразование и профессиональную	Опрос, доклад	Шкала оценивания опроса Шкала оценивания доклада

			ю ориентацию, согласно возрастным особенностям, потребностям и интересам		
	Продвинуты й	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельн ая работа	Знает: технологии работы со способными, одаренными и талантливыми детьми и подростками; лидерами Умеет: организовывать мероприятия по выявлению, поддержке и развитию способностей и талантов обучающихся, направленные на самоопределение, саморазвитие, самореализацию, самообразование и профессиональную ориентацию, согласно возрастным особенностям, потребностям и интересам Владеет: навыком выявления способности и лидерский потенциал обучающихся, их социокультурный опыт, интересы, потребности	Опрос, тестовое задание,	Шкала оценивани я опроса

Шкала оценивания опроса

Баллы	Критерии оценивания
5	Студент полно и аргументировано отвечает на вопросы опроса.
4	Студент дает ответ, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.
2	Студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но излагает материал неполно и допускает неточности.
0	Студент обнаруживает незнание ответов на вопросы опроса.

Шкала оценивания доклада

Критерии оценивания	Баллы
Содержание доклада соответствует его названию. Доклад оформлен в соответствии с требованиями. В тексте полностью раскрыты ключевые аспекты проблемы, содержится список литературы. Студент хорошо ориентируется в тексте доклада и рассматриваемой проблеме, самостоятельно отвечает на вопросы, не пользуясь текстом доклада или прибегая к нему в минимальном объеме, иллюстрирует свой ответ практическими примерами, делает необходимые обоснованные выводы.	15-20
Содержание доклада соответствует его названию. Доклад оформлен в соответствии с требованиями. В тексте раскрыты ключевые аспекты проблемы, содержится список литературы. Студент ориентируется в тексте доклада и	10-14
рассматриваемой проблеме, отвечает на вопросы, пользуясь текстом доклада, делает необходимые выводы.	
Содержание доклада соответствует его названию. Доклад оформлен в соответствии с требованиями, содержит список литературы. Студент отвечает на вопросы, пользуясь текстом доклада, делает необходимые обоснованные выводы при условии оказания наводящей помощи.	3-9
Содержание доклада не соответствует его названию, не раскрывает рассматриваемый вопрос. Оформление не соответствует необходимым требованиям. В тексте доклада студент не ориентируется, не может дать необходимых разъяснений по тексту.	0-2

Шкала оценки тестового задания

Критерии оценивания	Баллы
80-100% правильных ответов - «отлично»	8-10
60-80% правильных ответов - «хорошо»	5-7
30-50% правильных ответов - «удовлетворительно»	3-4
0-20 % правильных ответов - «неудовлетворительно»	1-2

Шкала оценивания презентации

Критерии оценивания	Баллы
Презентация оформлена в соответствии с требованиями. Студент хорошо ориентируется в содержании и рассматриваемой проблеме, самостоятельно отвечает на вопросы, иллюстрирует свой ответ практическими примерами, делает необходимые обоснованные выводы.	15-20
Презентация оформлена в соответствии с требованиями. Студент ориентируется в содержании и рассматриваемой проблеме, отвечает на вопросы, делает необходимые выводы.	10-14
Презентация оформлена в соответствии с требованиями. Студент отвечает на вопросы, пользуясь содержанием презентации, делает необходимые обоснованные выводы при условии оказания наводящей помощи.	3-9
Оформление не соответствует необходимым требованиям. В содержании студент не ориентируется, не может дать необходимых разъяснений по тексту.	0-2

Шкала оценивания практической подготовки

Критерии оценивания	Баллы
высокая активность на практической подготовке, демонстрирует высокий интерес к профессиональной деятельности в области теории и методики саморазвития и самореализации личности; способен оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к работе с детьми и молодежью; использовать приобретенные знания и умения в практической профессиональной деятельности и повседневной жизни;	7-10
средняя активность на практической подготовке, в целом успешные, но не систематические умения, демонстрирует средний уровень интереса к профессиональной деятельности в области теории и методики саморазвития и самореализации личности; мало использует приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;	3-6
низкая активность на практической подготовке, наличие отдельных навыков, не способен организовать профессиональную деятельность; не использует приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни	0-2

3. Типовые контрольные задания, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные темы опросов:

1. Личность как субъект развития и творчества.
2. Определение понятий личность, развитие, творчество.
3. Психологические аспекты становления личности.

4. Понимание природы личности, ее мотивации к саморазвитию в зарубежных концепциях.
5. Модели развития личности (А. Маслоу, К. Роджерса).
6. Понимание природы личности, ее мотивации к саморазвитию в отечественных концепциях.
7. Обзор ведущих концепций отечественных психологов (Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна).
8. Самосознание и самоотношение как основа развития личности.
9. Особенности профессионального и личностного самоопределения подростков.
10. Творческое мышление и креативность личности.
11. Работа с личностными качествами и ценностными ориентациями.
12. Методы и технологии формирования потребности в самообразовании.
13. Структура потребностей и мотивы познавательной деятельности.
14. Формы организации самостоятельной работы обучающихся.
15. Использование технологий развивающего обучения.
16. Планирование и реализация индивидуальных образовательных проектов.
17. Средства самоконтроля и самооценивания результатов.
18. Современные возможности для самообразования и самовоспитания.
19. Самосознание и самооценка как факторы успешности самореализации.
20. Роль самосознания и адекватной самооценки в процессе формирования индивидуальности ученика.
21. Повышение коммуникативной компетентности.
22. Развитие навыков общения и культуры речи.
23. Тренинги эффективного межличностного взаимодействия.
24. Здоровье и профилактика зависимостей.
25. Основы здорового образа жизни.
26. Влияние вредных привычек на здоровье и социальную адаптацию подростков.
27. Духовно-нравственное воспитание и ценности общества.
28. Управление временем и организация личной эффективности.
29. Реализация инклюзивного подхода в образовании.
30. Повышение квалификации учителей и создание системы постоянного обновления педагогических компетенций. **Примерная тематика докладов:**
 1. Оценка профессиональных предпочтений и склонностей учащихся.
 2. Финансовая грамотность и управление бюджетом.
 3. Элементы финансовой грамотности и основы планирования семейного бюджета.
 4. Воспитание бережливости и разумного потребления.
 5. Эффективные стратегии преодоления трудностей.
 6. Психолого-педагогические техники решения трудных ситуаций.
 7. Программы социальной адаптации выпускников школ.
 8. Проблемы девиантного поведения и суицидального риска среди подростков. Профилактика асоциальных проявлений.
 9. Проектирование личностно-развивающей среды в образовательном учреждении.
 10. Образовательная среда как фактор личностного развития.

11. Характеристика элементов образовательной среды и влияние их на уровень развития личности школьника.

Примерная тематика презентаций:

1. Мониторинг эффективности реализации воспитательно-образовательных стратегий.
2. Оценка достигнутого результата по показателям личностного роста школьников.
3. Проведение оценочных мероприятий и мониторинг изменений в уровне сформированности личностных компетенций.
4. Подготовка будущих специалистов к выполнению функций наставничества и коучинга.
5. Перспективы профессиональной карьеры и дальнейшей самореализации студентов педвуза в роли преподавателей и наставников подрастающих поколений.
6. Самоорганизация личности педагога как фактор профессиональной самореализации.
7. Самообразование педагога как компонент профессионального саморазвития.
8. Планирование самообразования в разнообразных аспектах профессиональной деятельности. 9. Технологии самообразования.

Задания на практическую подготовку:

1. Проектирование индивидуального маршрута развития воспитанника. Работа в группах:

Студенты получают случайным образом выбранный портрет учащегося определенной возрастной группы (например, ученик начальной школы, подросток среднего звена). - Проанализируйте индивидуальные особенности ученика, выявленные педагогическими наблюдениями и диагностиками.

- Определите сильные стороны и зоны ближайшего развития учащегося.
- Разработайте индивидуальный образовательный маршрут развития воспитанника, включающий рекомендации по созданию условий для успешного саморазвития и самореализации ученика.
- Подготовьте презентацию своего проекта и представьте её группе, аргументируя предложенные меры.

2. Мини-исследование по теме «Самоорганизация и тайм-менеджмент». Работа в группах:

- Разработайте анкету «Мой тайм-менеджмент» и обсудите в группе. Проведите опрос (анкетирование) на курсе, факультете и т.д.
- Опубликуйте результаты опроса в социальных сетях вуза и сделайте выводы.
- Разработайте рекомендации по совершенствованию компетенций будущих педагогов в области самоорганизации и тайм-менеджмента

3. Создание мотивационной карты личности. Работа в группах:

- Проведите диагностику мотивационных предпочтений одного или нескольких студентов группы.
- Используя полученные данные, разработайте мотивационную карту личности конкретного ученика, отражающую интересы, предпочтения, желания и стремления.
- Предложите набор рекомендаций по поддержке внутреннего стимула студента к обучению и творческому раскрытию собственных потенциалов.

4. Составление программы поддержки творческой инициативы. Работа в группах: - Обсудите в группах и разработайте программу внеклассных мероприятий, направленную на активацию творческих инициатив учащихся средней школы, реализацию проектов, участие в конкурсах и соревнованиях.

- Спроектируйте тематику мероприятия, учитывая возрастные особенности участников.
- Выберите и определите форму проведения мероприятия (конференция, конкурс, фестиваль).
- Включите механизм оценки успешности реализации проектной идеи.

Примерные варианты тестовых заданий:

1. Понятия «зона актуального развития», «зона ближайшего развития» введены:

- a. Ж.Пиаже;
- b. Дж. Брунером;
- c. Л.С.Выготским;**

2. Мотивация – это:

- a. характеристика процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определенном уровне**
- b. оба варианта неверны
- c. оба варианта верны
- d. система факторов, определяющих поведение человека

3. Среди постоянных характеристик учебной мотивации выделяют устойчивость и ...

Выберите один

ответ: a.

динамичность

b. систематичность

c. гибкость

4. Учебная мотивация - это

Выберите один ответ:

- a. частный вид мотивации, включенный в учебную деятельность и определяющий уровень знаний учащегося
- b. частный вид мотивации, включенный в учебную деятельность и определяющий потребность учащегося в получении знаний**

с. частный вид мотивации, включенный в воспитательную деятельность и определяющий потребность учащегося в получении знаний

5. Процесс перехода от старого качественного состояния к новому качественному состоянию, от простого к сложному, от низшего к высшему, более совершенному, называется:

- a. созревание
- b. рост
- c. **развитие**
- d. научение.

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Личность как субъект развития и творчества.
2. Определение понятий личность, развитие, творчество.
3. Психологические аспекты становления личности.
4. Личность, движущие силы и условия ее развития.
5. Современные концепции и теории личностного развития.
6. Понимание природы личности, ее мотивации к саморазвитию в зарубежных концепциях. Модели развития личности (А. Маслоу, К. Роджерса).
7. Понимание природы личности, ее мотивации к саморазвитию в отечественных концепциях.
8. Обзор ведущих концепций отечественных психологов (Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна).
9. Самосознание и самоотношение как основа развития личности.
10. Особенности профессионального и личностного самоопределения подростков.
11. Творческое мышление и креативность личности.
12. Обучение критическому мышлению.
13. Целеполагание и постановка задач (учебных, творческих личностного роста).
14. Работа с личностными качествами и ценностными ориентациями.
15. Моделирование ситуаций выбора.
16. Методы и технологии формирования потребности в самообразовании.
17. Структура потребностей и мотивы познавательной деятельности.
18. Роль интереса и внутренней мотивации в обучении.
19. Формы организации самостоятельной работы обучающихся.
20. Организация индивидуальной образовательной траектории ученика.
21. Планирование и реализация индивидуальных образовательных проектов.
22. Средства самоконтроля и самооценивания результатов.
23. Современные возможности для самообразования и самовоспитания.
24. Значимость рефлексивного подхода в развитии личности.
25. Самосознание и самооценка как факторы успешности самореализации.
26. Роль самосознания и адекватной самооценки в процессе формирования индивидуальности ученика.
27. Проблемы искаженной самооценки и пути её коррекции.
28. Повышение коммуникативной компетентности.
29. Развитие навыков общения и культуры речи.

30. Тренинги эффективного межличностного взаимодействия.
31. Здоровье и профилактика зависимостей.
32. Духовно-нравственное воспитание и ценности общества.
33. Управление временем и организация личной эффективности.
34. Приёмы тайм-менеджмента и рационального распределения усилий в условиях интенсивного учебного графика.
35. Технологии управления саморазвитием: самоорганизация, самоинструктирование, самостимулирование, самоконтроль.
36. Работа с будущим: жизненные и профессиональные цели и перспективы.
37. Кулиры молодежи.
38. Социальное окружение и поддержка семьи.
39. Учёт индивидуально-психологических особенностей ребенка.
40. Индивидуализация подходов в воспитании и обучении с учётом типа темперамента, характера и склонностей ребёнка.
41. Значение семьи и ближайшего окружения в формировании личности.
42. Взаимодействие школы и родителей в вопросах развития ребёнка.
43. Эмоциональный комфорт и стрессоустойчивость.
44. Средства поддержания позитивного настроения и устойчивости к негативному влиянию внешних факторов.
45. Воспитание стрессоустойчивости и уверенности в себе.
46. Создание условий для успешного развития каждого ребёнка.
47. Диагностика уровня развития личности.
48. Профориентация и выбор профессии.
49. Практикум по профессиональному самоопределению.
50. Оценка профессиональных предпочтений и склонностей учащихся.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Требования к экзамену

Формой промежуточной аттестации является экзамен. Экзамен проходит в форме устного собеседования по вопросам. Экзамен проводится по результатам выполнения всех видов учебной работы, предусмотренных рабочей программой дисциплины, при этом учитываются результаты текущего контроля успеваемости в течение семестра. Экзамен проходит устно по вопросам экзаменационного билета.

За семестр студент может набрать максимально 100 баллов. Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение семестра за различные виды работ - 70 баллам. Максимальная сумма баллов, которые обучающийся может получить на экзамене – 30 баллов

Шкала оценивания экзамена

Баллы	Критерии оценивания
30-21	Студент демонстрирует сформированные и систематические знания; успешное и систематическое умение; успешное и систематическое применение навыков в соответствии с планируемыми результатами освоения дисциплины

20 -6	Студент демонстрирует сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания; сформированные, но содержащие отдельные пробелы умения; в целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение навыков в соответствии с планируемыми результатами освоения дисциплины
5-0	Студент демонстрирует неполные знания; в целом успешные, но не систематические умения; в целом успешное, но не систематическое применение навыков в соответствии с планируемыми результатами освоения дисциплины.

Итоговая шкала оценивания по дисциплине

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа студента в течение всего срока освоения дисциплины, а также баллы, полученные на промежуточной аттестации.

Баллы, полученные по текущему контролю и промежуточной аттестации	Оценка в традиционной системе
81-100	отлично
61-80	хорошо
41-60	удовлетворительно
0-40	неудовлетворительно