

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679172803da5b7b559fc69e2

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

Факультет дошкольного, начального и специального образования
Кафедра специальной педагогики и комплексной психолого-педагогической реабилитации

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры
Протокол от «22» февраля 2024 г., №7
Зав. кафедрой С.Н. Утенкова [Утенкова С.Н.]

**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по дисциплине
Практикум по саморегуляции функциональных состояний специалиста
Направление подготовки 44.03.03 Специальное (дефектологическое)
образование
Профиль подготовки Дефектология и нейропсихология
Квалификация: бакалавр

Мытищи
2024

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	4
3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	5
4.Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	7

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

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

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

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

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии и оценивания	Шкала оценивания
УК-6	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: основы создания программы самообразования Уметь: отслеживать динамику личностных качеств	Доклад	Шкала оценивания доклада
	Продвинутой	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: методику создания индивидуальной траектории саморазвития. Уметь: оценивать личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития. Владеть: Владеет умением рационального	Доклад, реферат, практические задания	Шкала оценивания доклада Шкала оценивания реферата Шкала оценивания практического задания

			распределения временных и информационн ых ресурсов		
--	--	--	---	--	--

Описание шкал оценивания

Шкала оценивания реферата

8-10 баллов: Содержание реферата соответствует его названию. Реферат оформлен в соответствии с требованиями. В тексте полностью раскрыты ключевые аспекты проблемы, содержится список литературы. Студент хорошо ориентируется в тексте реферата и рассматриваемой проблеме, самостоятельно отвечает на вопросы, не пользуясь текстом реферата или прибегая к нему в минимальном объеме, иллюстрирует свой ответ практическими примерами, делает необходимые обоснованные выводы. Реферат сопровождается презентацией.

5-7 баллов: Содержание реферата соответствует его названию. Реферат оформлен в соответствии с требованиями. В тексте раскрыты ключевые аспекты проблемы, содержится список литературы. Студент ориентируется в тексте реферата и рассматриваемой проблеме, отвечает на вопросы, пользуясь текстом реферата, делает необходимые выводы.

3-4 балла: Содержание реферата соответствует его названию. Реферат оформлен в соответствии с требованиями, содержит список литературы. Студент отвечает на вопросы, пользуясь текстом реферата, делает необходимые обоснованные выводы при условии оказания наводящей помощи.

0-2 балла: Содержание реферата не соответствует его названию, не раскрывает рассматриваемый вопрос. Оформление не соответствует необходимым требованиям. В тексте реферата студент не ориентируется, не может дать необходимых разъяснений по тексту.

Шкала оценивания доклада

8-10 баллов: 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. Доклад сопровождается презентацией.

5-7 баллов: 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 рассматриваемой проблеме, отвечает на вопросы, пользуясь текстом доклада, делает необходимые выводы.

3-4 балла: 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.

0-2 балла: 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.

Шкала оценивания практического задания

31-40 баллов – Практическое задание выполнено верно и в полном объеме, согласно предъявляемым требованиям, проведен правильный анализ, сделаны аргументированные выводы. Проявлен творческий подход и демонстрация рациональных способов решения конкретных задач. Обучающийся даёт аргументированные ответы на уточняющие и дополнительные вопросы.

21-30 баллов – Практическое задание выполнено верно. Произведен частичный анализ и (или) сделаны неверные выводы. Показаны знания в пределах программы изучаемой дисциплины. Допущены недочеты и/или единичные ошибки.

11-20 баллов – Практическое задание выполнено не в полном объеме. Приведена недостаточно убедительная аргументация выполненного задания. Нарушена логика выполнения задания. Учащийся испытывает затруднения при формулировании выводов и пояснении выполненного задания. Показаны недостаточно глубокие знания изучаемой дисциплины. Допущены существенные ошибки.

0-10 баллов – При выполнении задания допущены существенные ошибки. Знания из области изучаемой дисциплины демонстрируются скудные/не демонстрируются. Вариант, когда практическое задание выполнено, но абсолютно неверно. Вариант, когда практическое задание не выполнено оценивается как «0» баллов.

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

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

Практическое задание 1: Работа с кейсами

Ситуация 1: Определите и назовите описанное ниже психическое состояние. Дайте рекомендации саморегуляции данного эмоционального состояния.

Человек практически постоянно находится в негативном эмоциональном состоянии, которое вызывается неотступной мыслью: «Я хочу, но не могу». У него имеются потребности и желания, но они не могут быть реализованы; он поставил перед собой цели, но они недостижимы. Иначе сказать, намерения заблокированы, встретили на пути к воплощению какие-либо препятствия или трудности – мешают внешние обстоятельства, действующие запреты, недостает материальных средств, нет соответствующих внутренних ресурсов и т. д. Чем сильнее выражены потребности и желания, чем более значимы цели и чем существеннее препятствия на пути их реализации, тем большее эмоционально-энергетическое напряжение испытывает психика.

Ситуация 2: Определите и назовите психическое состояние.

Состояние безучастности, равнодушия, полной индифферентности к происходящему, окружающим, своему положению, прошлой жизни, перспективам на будущее. Это стойкое или преходящее тотальное выпадение как высших и социальных чувств, так и врожденных эмоциональных программ. Какие методы психологической саморегуляции Вы можете порекомендовать для преодоления данного психического состояния.

Ситуация 3: Ребенок обладает очень хорошей памятью, поэтому легко запоминает информацию, тексты, песни. При проведении праздников исполняя свою роль, суфлирует роли других персонажей, чем мешает другим детям проявить себя, нарушает ход праздника. Опишите работу с ребенком.

Ситуация 4: «Мой сын Денис (6 лет), - пишет мама, - почти совершенство. Но в своей группе, на людях всегда молчит. Я старалась его оправдать какими-то причинами:

устал, торопится домой и т.д. Когда же он дома — все в порядке. А на людях — замыкается. Посоветуйте, что делать?» Дайте совет маме.

Ситуация 5: Мальчик Антон, оставшись еще на один год в начальной школе в другом классе, скучает по своей первой классной руководительнице, к которой ходил четыре года. Саша часто приходит в гости, общается с учителем, играет с первоклассниками, помогает в выполнении домашнего задания и т.д. Учитель всегда принимает ребенка, маме Саши тоже нравятся эти посещения – с учителем у нее хорошие, доверительные отношения. Однажды, забирая ребенка из школы. Мама обнаружила, что у ребенка порваны штаны, есть царапины. Поговорив с ребенком выяснилось, что над них издеваются его бывшие одноклассники. Как быть?

Практическое задание 2: Практические упражнения саморегуляции

1. Арт-терапия
2. Телесная терапия
3. Психоанализ
4. Клиент-центрированная психотерапия
5. Гипноз
6. Психодрама
7. Гештальт-терапия
8. Когнитивно-поведенческая терапия
9. Танцевально-двигательная терапия
10. Медитация/Визуализация
11. Игровые тренинги эмоционального состояния

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ДОКЛАДА

1. Самоуправление и психическое здоровье.
2. Взаимосвязь понятий «здоровье» и «дискомфорт».
3. Основные причины эмоционального дискомфорта. Влияние факторов дискомфорта на параметры психических состояний.
4. Установки, разрушающие гармонию настроения.
5. Концепции психической саморегуляции. Виды и формы саморегуляции.
6. Практика саморегуляции в религиозных и философских системах.
7. Основные показатели психической активности.
8. Основные типы психической саморегуляции.
9. Особенности технологии осознанного самовнушения.
10. Позитивное мышление и его роль в саморегуляции.
11. Психологические технологии обретения душевного равновесия.
12. Психотехнологии успешного управления внутренним состоянием.
13. Механизм преодоления стрессовых ситуаций.
14. Характеристика чувств возникающих в общении.
15. Этапы волевого действия и виды эмоционально-волевой саморегуляции.

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТА

1. Саморегуляция в философских и религиозных практиках.
2. Культурно-исторический подход к пониманию саморегуляции.
3. Физиологические механизмы саморегуляции.
4. Виды саморегуляции.
5. Характеристика методов саморегуляции.
6. История и современное применение медитации.

7. Роль саморегуляции в поддержании здоровья.
8. Психотехнологии успешного управления собой.
9. Самопрограммирование личности.
10. Модели профессионального выгорания.
11. Пути выхода из профессионального кризиса.
12. Гипотеза о возникновении саморегуляции.
13. Гипноз.
14. Виды помощи специалистам при эмоциональном выгорании.
15. Синдром хронического стресса.

ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ К ЗАЧЁТУ

1. Понятие «саморегуляция» в психологической науке.
2. Критерии психического и социального здоровья.
3. Основные причины эмоционального дискомфорта.
4. Влияние факторов дискомфорта на параметры психических состояний.
5. Установки, разрушающие гармонию настроения.
6. Депрессия как возможная причина самоубийства.
7. Особенности процессов саморегуляции.
8. Гипотеза о возникновении саморегуляции.
9. Направления в развитии школ по саморегуляции.
10. Информационно-энергетический уровень саморегуляции.
11. Эмоционально-волевой уровень саморегуляции.
12. Индивидуально-личностный уровень саморегуляции.
13. Роль мотивации в объяснении поведения человека.
14. Характерные признаки проявления депрессии.
15. Тенденции профессиональных деструкций (А.К. Маркова).
16. Факторы способствующие профессиональному выгоранию.
17. Причины возникновения профессиональных деформаций.
18. Теоретическая модель профессионального выгорания Дж. Гринберга
19. Теоретическая модель профессионального выгорания М. Буриша.
20. Синдром хронического стресса.

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

Формами текущего контроля являются: реферат, опрос, практические задачи - кейсы, тестирование.

Оценка качества учебной работы студентов по изучению дисциплины оценивается в баллах, и носит накопительный характер. Баллы суммируются в течение семестра, включают в себя: участие в опросе, подготовку рефератов, выполнение практических задач - кейсов, самостоятельную работу студентов и оценку знаний в ходе зачёта.

Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение семестра за текущий контроль, равняется 80 баллам.

Максимальное количество баллов, которые обучающийся может получить на зачете, равняется 20 баллам.

Зачет проходит в форме устного собеседования по вопросам.

Распределение баллов по видам работ

Вид работы	Кол-во баллов (максимальное значение)
Доклад	до 20 баллов
Реферат	до 20 баллов

Практическое задание	до 40 баллов
Зачёт	до 20 баллов

Шкала оценивания зачёта:

16-20 баллов: студент быстро и самостоятельно готовится к ответу; при ответе полностью раскрывает сущность поставленного вопроса; способен проиллюстрировать свой ответ конкретными примерами; демонстрирует понимание проблемы и высокий уровень ориентировки в ней; формулирует свой ответ самостоятельно, используя лист с письменным вариантом ответа лишь как опору, структурирующую ход рассуждения.

10-15 баллов: студент самостоятельно готовится к ответу; при ответе раскрывает основную сущность поставленного вопроса; демонстрирует понимание проблемы и достаточный уровень ориентировки в ней, при этом затрудняется в приведении конкретных примеров.

5-9 баллов: студент готовится к ответу, прибегая к некоторой помощи; при ответе не в полном объеме раскрывает сущность поставленного вопроса, однако, при этом, демонстрирует понимание проблемы.

0-4 балла: студент испытывает выраженные затруднения при подготовке к ответу, пытается воспользоваться недопустимыми видами помощи; при ответе не раскрывает сущность поставленного вопроса; не ориентируется в рассматриваемой проблеме; оказываемая стимулирующая помощь и задаваемые уточняющие вопросы не способствуют более продуктивному ответу студента.

Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа обучающегося в течение освоения дисциплины, а также оценка по промежуточной аттестации.

Количество баллов	Оценка по традиционной шкале
81-100	Зачтено
61-80	Зачтено
41-60	Зачтено
0-40	Не зачтено