

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич
Должность: Директор
Дата подписания: 27.06.2022 12:02:04
Уникальный программный ключ:
b683afe664d7e9f64175886cf9626a196149ad56

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет Педагогики и психологии
Кафедра Психолого-педагогического образования

Оценочные материалы по дисциплине (модулю)

дисциплина **Жизненная навигация**

Блок Б1, обязательная часть, Б1.О.07

цикл дисциплины и его часть (обязательная часть или часть, формируемая участниками образовательных отношений)

Направление

44.03.04 **Профессиональное обучение (по отраслям)**
код наименование направления

Программа

Технологии производственных процессов и их безопасность

Форма обучения

Очная

Для поступивших на обучение в
2022 г.

Разработчик (составитель)
кандидат педагогических наук, доцент
Аскарова Г. Б.
ученая степень, должность, ФИО

1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)	3
2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)	7
Перечень вопросов к письменному опросу	7
Практические упражнения	7
Контрольная работа	8
Перечень вопросов к экзамену	9
3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания	10

1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)	Показатели и критерии оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)				Вид оценочного средства
			1	2	3	4	
			неуд.	удовл.	хорошо	отлично	
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Определяет свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели	Обучающийся должен: знать сущность саморазвития как вид деятельности и социально-культурные функции самообразования ; характеристики и психологические механизмы процессов саморазвития и самореализации личности; способы эффективного взаимодействия с окружающим миром,	не знает сущность саморазвития как вид деятельности и социально-культурные функции самообразования ; характеристики и психологические механизмы процессов саморазвития и самореализации личности; способы эффективного взаимодействия с окружающим миром,	не в полной мере знает сущность саморазвития как вид деятельности и социально-культурные функции самообразования ; характеристики и психологические механизмы процессов саморазвития и самореализации личности; способы эффективного взаимодействия с окружающим миром,	в основном знает сущность саморазвития как вид деятельности и социально-культурные функции самообразования ; характеристики и психологические механизмы процессов саморазвития и самореализации личности; способы эффективного взаимодействия с окружающим миром,	отлично знает сущность саморазвития как вид деятельности и социально-культурные функции самообразования ; характеристики и психологические механизмы процессов саморазвития и самореализации личности; способы эффективного взаимодействия с окружающим миром,	Письменный опрос

		окужающим миром, обществом, людьми; основные виды жизненных стратегий и их содержание	обществом, людьми; основные виды жизненных стратегий и их содержание.	обществом, людьми; основные виды жизненных стратегий и их содержание.	обществом, людьми; основные виды жизненных стратегий и их содержание.	обществом, людьми; основные виды жизненных стратегий и их содержание.	
УК-6.2. Создает и достраивает индивидуальную траекторию саморазвития при получении основного и дополнительного образования	Обучающийся должен: уметь самостоятельно строить процесс овладения информацией, отобранной и структурированной для выполнения профессиональной деятельности; анализировать предмет взаимодействия и оценивать способы и результаты профессиональных действий, личностные возможности и ограничения при	не умеет строить процесс овладения информацией, отобранной и структурированной для выполнения профессиональной деятельности; анализировать предмет взаимодействия и оценивать способы и результаты профессиональных действий, личностные возможности и ограничения при решении типичных задач профессионально	частично умеет строить процесс овладения информацией, отобранной и структурированной для выполнения профессиональной деятельности; анализировать предмет взаимодействия и оценивать способы и результаты профессиональных действий, личностные возможности и ограничения при решении типичных задач профессионально	в основном умеет строить процесс овладения информацией, отобранной и структурированной для выполнения профессиональной деятельности; анализировать предмет взаимодействия и оценивать способы и результаты профессиональных действий, личностные возможности и ограничения при решении типичных задач	умеет строить процесс овладения информацией, отобранной и структурированной для выполнения профессиональной деятельности; анализировать предмет взаимодействия и оценивать способы и результаты профессиональных действий, личностные возможности и ограничения при профессионально		Практические упражнения

		решении типичных задач профессиональной деятельности; занимать профессиональную позицию в определении целей профессионального взаимодействия, конфиденциальности, ограничения деятельности; применять теоретические знания в жизненной практике	й деятельности; занимать профессиональную позицию в определении целей профессионального взаимодействия, конфиденциальности, ограничения деятельности; применять теоретические знания в жизненной практике	й деятельности; занимать профессиональную позицию в определении целей профессионального взаимодействия, конфиденциальности, ограничения деятельности; применять теоретические знания в жизненной практике	профессиональной деятельности; занимать профессиональную позицию в определении целей профессионального взаимодействия, конфиденциальности, ограничения деятельности; применять теоретические знания в жизненной практике	й деятельности; занимать профессиональную позицию в определении целей профессионального взаимодействия, конфиденциальности, ограничения деятельности; применять теоретические знания в жизненной практике	
УК-6.3. Оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного	Обучающийся должен: владеть рефлексией способов и результатов своих профессиональных действий; технологиями организации процесса	не владеет рефлексией способов и результатов своих профессиональных действий; технологиями организации процесса	владеет, но в недостаточной мере, рефлексией способов и результатов своих профессиональных действий; технологиями организации	в основном владеет рефлексией способов и результатов своих профессиональных действий; технологиями организации	в совершенстве владеет рефлексией способов и результатов своих профессиональных действий; технологиями организации	Контрольная работа	

	<p>профессионального роста</p>	<p>организации процесса самообразования ; приемами целеполагания во временной перспективе, способами планирования, организации, самоконтроля и самооценки деятельности; навыками критической оценки своих достоинств и недостатков; навыками анализа жизненных ситуаций и решения возникающих проблем в личной жизни и профессиональной деятельности.</p>	<p>самообразования ; приемами целеполагания во временной перспективе, способами планирования, организации, самоконтроля и самооценки деятельности; навыками критической оценки своих достоинств и недостатков; навыками анализа жизненных ситуаций и решения возникающих проблем в личной жизни и профессиональной деятельности.</p>	<p>процесса самообразования ; приемами целеполагания во временной перспективе, способами планирования, организации, самоконтроля и самооценки деятельности; навыками критической оценки своих достоинств и недостатков; навыками анализа жизненных ситуаций и решения возникающих проблем в личной жизни и профессиональной деятельности.</p>	<p>процесса самообразования ; приемами целеполагания во временной перспективе, способами планирования, организации, самоконтроля и самооценки деятельности; навыками критической оценки своих достоинств и недостатков; навыками анализа жизненных ситуаций и решения возникающих проблем в личной жизни и профессиональной деятельности.</p>	<p>процесса самообразования ; приемами целеполагания во временной перспективе, способами планирования, организации, самоконтроля и самооценки деятельности; навыками критической оценки своих достоинств и недостатков; навыками анализа жизненных ситуаций и решения возникающих проблем в личной жизни и профессиональной деятельности.</p>	
--	--------------------------------	---	--	---	---	---	--

2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)

Перечень вопросов к письменному опросу

Перечень вопросов для оценки уровня сформированности компетенции **УК-6** на этапе «Знания»

1. Философско-психологические модели связей личности с жизнью.
2. Детерминанты жизни и жизненного пути личности.
3. Формы личностного осуществления жизни.
4. Отношение личности к жизни.
5. Культурные детерминанты, активность, продуктивность личности.

Практические упражнения

Перечень практических упражнений для оценки уровня сформированности компетенции **УК-6** на этапе «Умения»

Занятие № 1 Мечта.

1. Какие дела доставляют вам наибольшее удовольствие?
2. Что для вас значит слово успех?
3. Что может являться критерием успешного движения к мечте именно для вас?
4. Какие мечты могут вдохновить вас через 10 лет?
5. Как может быть сформулирована ваша мечта, если вам понадобится объяснить ее пятилетнему ребенку?

Занятие № 2 Дерево жизненно важных целей.

1. Цели, из какой сферы жизни являются для вас сейчас приоритетными?
2. Каков ваш личный масштаб цели (на какой период времени вперед вы планируете)?
3. Что может являться критерием достижения ваших целей?

Занятие № 3 Ресурсы как необходимые условия для достижения жизненно важных целей.

- 1) Какие критерии ума и глупости вы можете выделить для человека?
- 2) Какими ресурсами обладает Мудрец? Назовите сильные и слабые стороны Мудреца.
- 3) Какими ресурсами обладает Глупец? Назовите сильные и слабые стороны Глупца

Занятие № 4 О становлении профессионализма.

1. Какие критерии профессионального становления покажут мне, что я достиг успеха?
2. Какие компетенции мне важно развивать?
3. Какие области профессионального обучения приоритетны для меня сейчас?

Занятие № 5 Программа саморазвития.

1. Какой первый шаг я могу сделать уже сегодня?
2. Что в моем окружении может с тать поддержкой для начинаемых мною действий? Чтоне даст мне остановиться на половине пути?
3. Какие привычки были в моем прошлом, которые давали мне силы и помогали добиваться успеха?
4. Какие привычки мне стоит ввести для того, чтобы добиваться успеха в будущем?

Занятие № 6 Помехи.

1. Когда я составляю планы действий, учитываю ли я возможные помехи?
2. Какие внутренние сомнения и страхи удерживают меня от достижения своей мечты?
3. Что говорит мой внутренний голос, когда на горизонте появляется амбициозная цель?

Занятие № 7 Модель Идеального Я.

1. Какие качества личности позволяли мне добиваться успеха в прошлом?
2. Какие качества личности могут стать основой моего успеха в будущем?
3. Что ценят во мне родители, друзья, одногруппники?

Занятие № 8 Карта спутников (референтные группы).

1. Мнение каких членов вашей семьи для вас было особенно важно в детстве, а, возможно, остается значимым и по сей день?
2. Кто из ваших друзей больше всего влияет на ваши взгляды на жизнь?
3. Какие существуют в вашей области профессиональные мероприятия, на которых можно было бы познакомиться с важными для вас людьми?
4. По каким критериям вы сможете узнать организацию, в которой вам будет комфортно трудиться?
5. Какие эффективные привычки вы могли бы развивать в себе вместе со своими друзьями?

Занятие № 9 Модель идеального дня (недели, месяца).

1. Какие дела необходимо делать регулярно, чтобы получить желаемый вами эффект?
2. Как я понимаю, что эффективно потратил время?
3. Какие мои особенности мне стоит учитывать при планировании дня, недели, месяца?

Занятие № 10 Мотивация к изменениям.

1. Что мотивирует к изменениям большинство людей?
2. Что мотивирует к изменениям лично вас?
3. Как вы оцениваете свою силу воли?
4. Склонны ли вы откладывать вознаграждения здесь и сейчас ради более важной цели в будущем?

Контрольная работа

Перечень вопросов для оценки уровня сформированности компетенции **УК-6** на этапе «Владение»

1. Что Вы считаете признаками высокого профессионализма в выбранной Вами сфере деятельности? Какого уровня профессионализма Вы планируете достичь за время

учебы в университете? Что конкретно и когда именно собираетесь для этого предпринять?

2. Какие именно личные качества Вам необходимо усилить для достижения Вашей мечты? Что Вам следует делать для их развития? Когда и что именно Вы собираетесь для этого сделать?

3. Кто и каким образом влияет на достижение намеченных Вами жизненно важных целей? Что конкретно нужно сделать лично Вам для того, чтобы эти люди содействовали реализации этих намерений? Когда и каким образом Вы это сделаете?

4. Какие препятствия на пути к высшим уровням профессионализма, к личному благополучию и успеху Вы считаете наиболее вероятными и существенными? Как им противостоять? Что именно и когда Вы готовы сделать для их преодоления?

5. Какие существуют положительные примеры решения задач, похожих на возникающие перед Вами на пути к реализации Вашего видения? Какие закономерности иллюстрируют эти примеры? Что из этих примеров вы можете использовать для повышения своей профессиональной успешности и личного благополучия?

6. Какие занятия курса (посвященные какой тематике) Вы считаете для себя особенно значимыми? Полезными? Интересными? Обоснуйте вашу точку зрения.

Перечень вопросов к экзамену

1. Мечта как активный, произвольный и осознанный процесс.
2. Признаки мечты как образа желаемого будущего. Функции мечты. Мечта, цель и успех.
3. Критерии жизненного успеха. SMART-тест цели.
4. Дерево целей. Построение дерева целей.
5. Ресурсы и факторы достижения цели. Реестр необходимых ресурсов.
6. SWOT – анализ. Методика SWOT – анализа.
7. Сильные стороны личности.
8. Персональная программа саморазвития и ресурсного обеспечения.
9. Личность как субъект жизнедеятельности. Задачи, решаемые личностью как субъектом жизнедеятельности. Субъектогенез. Стадии субъектогенеза.
10. Ресурсы и факторы достижения цели. SWOT – анализ. Методика SWOT – анализа. Soft skills и hard skills.
11. Персональная программа саморазвития и ресурсного обеспечения.
12. «Препятствия» и «помощники» в вере в успех. Оптимизм и пессимизм.
13. Жизненные трудности и проблемы. Типичные затруднения реализации жизненноважных намерений и способы их преодоления.
14. Пути восстановления сил человека. Видение. Аффирмация.
15. Выбор, принятие решения и планирование. Ситуация выбора. Механизмы выбора.
16. Мудрость. План по вехам. Технология TOP.
17. Проблемное поле. Развернутая формулировка проблемы. Смысл разрешения проблемы.
18. Формулировка цели. Ресурсы. Помехи и их источники. Профилактика помех.
19. План. Прецеденты. Последствия. Альтернативы.
20. Реальное и идеальное «Я». Согласованность «Реального и идеального «Я». Построение образа «Я».
21. Окно «Джохари». Я-концепция. Самопознание.
22. Жизненный путь человека. Смысл жизни. Виды понимания смысла жизни.
23. Личностный рост.
24. Группа, команда, коллектив. Характеристика команды и коллектива.

Отличия команды и коллектива.

25. Преимущества и недостатки работы в команде. Роли в команде.
26. Лидерство и руководство в группе. Лидер.
27. Референтное лицо. Референтная группа.
28. Карта значимых людей, организаций и сообществ.
29. Переговоры. Факторы успешности переговоров. Сценарий идеальных переговоров.
30. Воля. Развитие волевой саморегуляции личности.
31. Основные задачи волевой детерминации личностью собственной активности.
32. Лень. Причины и пути преодоления. Выученная беспомощность. Прокрастинация.
33. Перфекционизм. Механизмы, приемы и методы самодетерминации человеком собственной жизнедеятельности.
34. Типичные затруднения реализации жизненно важных намерений и способы их преодоления.

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
Модуль 1				
Текущий контроль			0	20
1 Письменный опрос	10	1	0	10
2. Практические упражнения	10	1	0	10
Рубежный контроль №1			0	15
Контрольная работа	15	1		15
Модуль 2				
Текущий контроль			0	20
1 Письменный опрос	10	1	0	10
2. Практические упражнения	10	1	0	10
Рубежный контроль №2			0	15
Контрольная работа	15	1		15
Поощрительные баллы				10
1. Публикация статей				8
2. Активное участие в мероприятиях кафедры				2
Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)				

1. Посещение лекционных занятий			0	-6
2. Посещение практических занятий			0	-10
Итоговый контроль				
Экзамен				30

Критерии оценивания результатов письменного опроса:

10 баллов - выставляется студенту, сформулировавшему полный и правильный ответ на вопросы, логично структурировавшему и изложившему материал. При этом студент должен показать знание специальной литературы.

5 баллов - выставляется студенту, который дал полный правильный ответ на вопросы с соблюдением логики изложения материала, но допустил при ответе отдельные неточности, не имеющие принципиального характера.

2 балла - выставляется студенту, показавшему неполные знания, допустившему ошибки и неточности при ответе на вопросы, продемонстрировавшему неумение логически выстроить материал ответа и сформулировать свою позицию по проблемным вопросам. При этом хотя бы по одному из заданий ошибки не должны иметь принципиального характера. Студент опирается в своем ответе на учебную литературу.

0 баллов - выставляется студенту, если он не дал ответа по вопросам; дал неверные, содержащие фактические ошибки ответы на все вопросы. Или студенту, не предоставившему работу.

Критерии оценивания выполнения практических упражнений:

1. Знание и понимание студентом учебного теоретического материала по дисциплине «Жизненная навигация»:

- правильное использование основных терминов, необходимых для раскрытия данной темы – 0,25 балла;

- привлечение социально-психологических концепций, непосредственно относящихся к рассматриваемой проблеме – 0,25 балла.

2. Умение студента анализировать и критически оценивать информацию:

- умение сравнивать различные позиции, объяснять существование альтернативных точек зрения, выявлять их достоинства и аргументировать недостатки – 0,25 баллов;

- способность дать личную оценку проблеме и обосновать её – 0,25 балла.

Таким образом, по каждому упражнению в сумме необходимо набрать 1 балл.

Максимальное число баллов за выполнение всех 10 практических упражнений – 10.

Критерии оценки (в баллах) контрольной работы:

15 баллов - если студент выполнил работу без ошибок и недочетов, допустил не более одного недочета.

10 баллов - если студент выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух недочетов.

5 баллов - если студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок, или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух-трех негрубых ошибок, или одной негрубой ошибки и трех

недочетов, или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов, допускает искажение фактов.

0 баллов - если студент допустил число ошибок и недочетов, превосходящее норму, при которой может быть выставлено 5 баллов, или если правильно выполнил менее половины работы.

Критерии оценивания ответа на экзамене (в баллах):

25-30 баллов выставляется студенту, если студент дал полные, развернутые ответы на все теоретические вопросы билета, продемонстрировал знание функциональных возможностей, терминологии, основных элементов, умение применять теоретические знания при выполнении практических заданий. Студент без затруднений ответил на все дополнительные вопросы. Анализ текста источника выполнен полностью без неточностей и ошибок;

17-24 баллов выставляется студенту, если студент раскрыл в основном теоретические вопросы, однако допущены неточности в определении основных понятий. При ответе на дополнительные вопросы допущены небольшие неточности. При анализе текста источника допущены несущественные ошибки;

10-16 баллов выставляется студенту, если при ответе на теоретические вопросы студентом допущено несколько существенных ошибок в толковании основных понятий. Логика и полнота ответа страдают заметными изъянами. Заметны пробелы в знании основных методов. Теоретические вопросы в целом изложены достаточно, но с пропусками материала. Имеются принципиальные ошибки в логике построения ответа на вопрос. Студент не смог проанализировать текст или при анализе допущены грубые ошибки;

0-10 баллов выставляется студенту, если он отказался от ответа или не смог ответить на вопросы билета, ответ на теоретические вопросы свидетельствует о непонимании и крайне неполном знании основных понятий и методов. Обнаруживается отсутствие навыков применения теоретических знаний при анализе текста. Студент не смог ответить ни на один дополнительный вопрос.

Критериями оценивания при модульно-рейтинговой системе являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины (для экзамена: текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10; для зачета: текущий контроль – максимум 50 баллов; рубежный контроль – максимум 50 баллов, поощрительные баллы – максимум 10).

Шкала оценивания:

от 45 до 59 баллов – «удовлетворительно»;

от 60 до 79 баллов – «хорошо»;

от 80 баллов – «отлично».

Результаты обучения по дисциплине (модулю) у обучающихся оцениваются по итогам текущего контроля количественной оценкой, выраженной в рейтинговых баллах. Оценке подлежит каждое контрольное мероприятие.

При оценивании сформированности компетенций применяется четырехуровневая шкала «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично».

Максимальный балл по каждому виду оценочного средства определяется в рейтинг-плане и выражает полное (100%) освоение компетенции.

Уровень сформированности компетенции «хорошо» устанавливается в случае,

когда объем выполненных заданий соответствующего оценочного средства составляет 80-100%; «удовлетворительно» – выполнено 40-80%; «неудовлетворительно» – выполнено 0-40%

Рейтинговый балл за выполнение части или полного объема заданий соответствующего оценочного средства выставляется по формуле:

$$\text{Рейтинговый балл} = k \times \text{Максимальный балл},$$

где $k = 0,2$ при уровне освоения «неудовлетворительно», $k = 0,4$ при уровне освоения «удовлетворительно», $k = 0,8$ при уровне освоения «хорошо» и $k = 1$ при уровне освоения «отлично».

Оценка на этапе промежуточной аттестации выставляется согласно Положению о модульно-рейтинговой системе обучения и оценки успеваемости студентов БашГУ:

На экзамене выставляется оценка:

- отлично - при накоплении от 80 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),
- хорошо - при накоплении от 60 до 79 рейтинговых баллов,
- удовлетворительно - при накоплении от 45 до 59 рейтинговых баллов,
- неудовлетворительно - при накоплении менее 45 рейтинговых баллов.

При получении на экзамене оценок «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», на зачёте оценки «зачтено» считается, что результаты обучения по дисциплине (модулю) достигнуты и компетенции на этапе изучения дисциплины (модуля) сформированы.