

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«МОСКОВСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Рабочая программа дисциплины

Основы самообразования

<i>Направление подготовки</i>	Искусство и гуманитарные науки
<i>Код</i>	50.03.01
<i>Направленность (профиль)</i>	Искусство и гуманитарные науки
<i>Квалификация выпускника</i>	Бакалавр

1. Перечень кодов компетенций, формируемых дисциплиной в процессе освоения образовательной программы

Группа компетенций	Категория компетенций	Код
Универсальные	Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем для успешного выполнения порученной работы и саморазвития УК-6.2 Критически оценивает эффективность использования времени при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата УК-6.3 Проявляет интерес к саморазвитию и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков, на основе представлений о непрерывности образования в течение всей жизни УК-6.4 Использует различные технологии самосовершенствования и саморазвития, приемы достижения личной эффективности.

3. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине и критериев оценки результатов обучения по дисциплине

3.1. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине представлены дескрипторами (знания, умения, навыки).

Дескрипторы по дисциплине	Знать	Уметь	Владеть
Код компетенции	УК-6		
УК-6	-значение самообразования в жизни современного человека. - основные понятия и категории дисциплины; -процессы	-планировать и распределять свое время и управлять им; - выполнять исследования по выявлению свойств личности, способствующих	-современными технологиями самообразования; выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на

	самообразования, самовоспитания, саморазвития; -технологию самообразования;	самообразованию; -работать с информацией; -оформлять результаты учебного труда в виде презентаций. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем и саморазвитием	основе принципов образования; - способностью к самоорганизации -навыками оценки личностных ресурсов для успешного выполнения порученной работы
--	--	--	--

4. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к обязательной части учебного плана.

Данная дисциплина взаимосвязана с другими дисциплинами, такими как: Тайм-менеджмент.

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: педагогический, культурно-просветительский.

Профиль (направленность) программы установлена путем её ориентации на сферу профессиональной деятельности выпускников: Искусства и гуманитарные науки.

5. Объем дисциплины

Виды учебной работы		Формы обучения
		Заочная
Общая трудоемкость: зачетные единицы/часы		2/72
Контактная работа:		
	Занятия лекционного типа	4
	Занятия семинарского типа	8
	Промежуточная аттестация: Зачет	4
Самостоятельная работа (СРС)		56

6. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам / разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

6.1 Распределение часов по разделам/темам и видам работы

6.1.2. Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел/тема	Виды учебной работы (в часах)					
		Контактная работа					Самос тоятел ьная работа
		Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа			
		Лекции	Иные учебные занятия	Практ ически е занятия	Семин ары	Лабор аторн ые раб.	

				я				
1.	Введение. Цель и задачи изучения дисциплины. Сущность, источники, функции, типы самообразования.	1						7
2.	Структура, мотивы, цель самообразовательной деятельности.	1			1			7
3.	Целеполагание самообразовательной деятельности				1			7
4.	Планирование. Распределение времени. Доведение дел до завершения.				1			7
5.	Виды восприятия информации у человека. Структурирование информации.				1			7
6.	Самоконтроль. Самооценка. Результат самообразования.				1			7
7.	Приемы достижения личной эффективности.				1			7
8.	Психология невербального общения.	1			1			4
9	Методика работы с библиографическими изданиями. Технологии подготовки и презентации результатов учебного труда	1			1			3
Итого		4			8			56
Промежуточная аттестация		4						

6.1 Программа дисциплины, структурированная по темам / разделам

6.1.1 Содержание лекционного курса

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание лекционного занятия
-------	--	--------------------------------

1.	Введение. Цель и задачи изучения дисциплины. Сущность, источники, функции, типы самообразования.	Социальный запрос к подготовке специалиста в условиях глобализации, новых технологий и инноваций. Особенности современной системы образования. Непрерывное образование. Цели и задачи высшего образования. Профессия для человека. Значение самообразования в профессиональном становлении личности. Самообразовательная компетенция. Готовность к самообразованию. Понятие самообразования. Самообразование в профессиональной деятельности, в учебной деятельности студентов. Самообразование как механизм превращения репродуктивной деятельности человека в продуктивную, творческую. Функции самообразования: экстенсивная, ориентировочная, компенсаторная, методологическая, коммуникативная, саморазвития, самореализации и т. д. Типы самообразования: систематическое и ситуативное. Источники самообразования: книги, периодическая печать, средства массовой информации Интернет, исследовательская деятельность, семинары и конференции, обучение на разных курсах, работа, посещение выставок, музеев, театров, экскурсий, окружающая действительность, хобби, увлечения.
2.	Структура, мотивы, цель самообразовательной деятельности.	Мотивы самообразования: ежедневная работа с информацией; желание творчества; стремительный рост современной науки; изменения, происходящие в жизни общества; конкуренция; общественное мнение; материальное стимулирование; интерес. Три аспекта целей самообразования. самообразовательные задачи, способы, результат самообразования. Самообразование как технологический процесс. Цель и задачи самообразования. Три этапа технологии самообразования: организационный, практический, аналитический.
3.	Целеполагание самообразовательной деятельности	Как ваш мозг работает с целями. Метод постановки целей SMART. Цель должна быть: конкретна, измерима, достижима, актуальна, ограничена сроком. Эффективный метод постановки и достижения целей Брайана Трейси. 12 этапов постановки целей: желание, убеждение, фиксация, польза, анализ текущей ситуации, предельный срок, препятствия, список, ресурсы, план, визуализация, настойчивость.
4.	Планирование. Распределение времени. Доведение дел до завершения.	Правильное предварительное планирование предотвращает плохие показатели. Рекомендации по планированию. Зачем нужен план самообразования. Четыре типа планов. Как составить план самообразования. 21 действенный принцип эффективного труда Брайна Трейси.

		Три основных заблуждения, связанных с вопросом организации времени. Пирамида эффективности Стивена Кови: выявление ценностей, постановка целей, планирование недели, планирование дня. Матрица Эйзенхауэра – четыре квадранта, отличающиеся качественными показателями: важные и срочные дела, срочные и не важные дела, не срочные и не важные дела, важные не срочные дела. Методика повышения личной эффективности «доведение дел до завершения» Дэвида Аллена - “Делай – Планируй – Поручай – Не делай”. Некоторые постулаты методики Аллена: организация пространства, система хранения справочной информации, списки, контроль над достижением. Принципы GTD: сбор, обработка, организация, обзор и действие.
5.	Виды восприятия информации у человека. Структурирование информации.	Восприятие информации. Свойства восприятия. Процесс восприятия. Виды восприятия информации человеком. Виды информации по способу восприятия. Формы подачи информации человеку. Категории людей по каналам восприятия информации. Восприятие и понимание информации. Эмоциональное восприятие информации. Цель структурирования информации. Принципы структурирования изучаемой информации. Правила и методы структурирования информации: правило Миллера, эффект края, эффект Ресторффа, метод римской комнаты, метод ментальных карт.
6.	Самоконтроль. Самооценка. Результат самообразования.	Как развить самоконтроль. Ошибки планирования. Анализ распорядка дня, выявление «пожирателей времени», объединение дел, самодисциплина, делегирование, свой собственный день. Самооценка личности. Функции самооценки. Факторы, влияющие на самооценку личности. Два типа проблем с самооценкой. Высокая самооценка и уверенность в себе – важный фактор достижения успеха. Способы повышения самооценки. По каждому из этапов самообразовательной деятельности: на организационном этапе – определение темы самообразования, разработка плана; на практическом этапе – реализация мероприятий согласно индивидуальному плану самообразования; на аналитическом этапе – анализ проделанной работы и подготовленный отчет по самообразованию. Критерии результативности самообразовательной деятельности: сформированность личностных качеств (активность, инициативность, готовность к аналитической деятельности); повышение статуса; эффективность деятельности, творческий рост.

		Самообразование как неотъемлемая часть саморазвития.
7.	Приемы достижения личной эффективности.	Техники осознанности "здесь и сейчас". Альфа-реальности. Три способа заставить дедлайн работать: сделать его реалистичным, заставить его стимулировать, браться за дело прямо сейчас. Как установить дедлайн для негативного мышления. Физические и психологические причины усталости. Максимальная энергия. Адреналиновая и централизованная энергия.
8.	Психология невербального общения.	Понятие о невербальном поведении, невербальной интеракции. Как не стать объектом манипуляций других. Как читать человека. Темпераменты: желчный, сангвинический, лимфатический, меланхолический, нервный темпераменты. Физиогномика – характер по силуэту. Язык телодвижений: жесты рук и кистей, сигналы глаз, отзеркаливание, влияние на окружающих с помощью различных положений корпуса тела.
9.	Методика работы с библиографическими изданиями. Технологии подготовки и презентации результатов учебного труда.	Доступ к удаленным ресурсам Интернет. Новые доступы к полнотекстовым базам данных, электронные журналы, электронные библиотеки в Интернет. Алгоритм поиска литературы. Алфавитный каталог, его назначение, структура и принцип организации. Систематический каталог, его назначение, структура и принцип организации. Библиотечные классификации. Электронный каталог. Поиск информации в базах данных электронного каталога. Виды представления знаний: сообщение (устный ответ), доклад, сочинение, эссе, реферат, проект, тест, экзамен, резюме, портфолио, итоговая (выпускная работа). Требования и технология представления результатов труда в виде презентации.

6.1.2 Содержание практических занятий

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание практического занятия
1.	Введение. Цель и задачи изучения дисциплины. Сущность, источники, функции, типы самообразования.	Социальный запрос к подготовке специалиста в условиях глобализации, новых технологий и инноваций. Особенности современной системы образования. Непрерывное образование. Цели и задачи высшего образования. Профессия для человека. Значение самообразования в профессиональном становлении личности. Самообразовательная компетенция. Готовность к самообразованию. Понятие самообразования. Самообразование в профессиональной деятельности, в учебной

		деятельности студентов. Самообразование как механизм превращения репродуктивной деятельности человека в продуктивную, творческую. Функции самообразования: экстенсивная, ориентировочная, компенсаторная, методологическая, коммуникативная, саморазвития, самореализации и т. д. Типы самообразования: систематическое и ситуативное. Источники самообразования: книги, периодическая печать, средства массовой информации Интернет, исследовательская деятельность, семинары и конференции, обучение на разных курсах, работа, посещение выставок, музеев, театров, экскурсий, окружающая действительность, хобби, увлечения.
2.	Структура, мотивы, цель самообразовательной деятельности.	Определить свое предназначение. 4 основных типа людей и их предназначение. Критерии того, что вы на своем месте. Основные критерии истинной цели. Техника «мозговой штурм» по определению своего предназначения.
3.	Целеполагание самообразовательной деятельности	Выявление жизненных ценностей с позиции ролей, которые Вы выполняете в жизни (коллеги, клиенты, члены семьи и т. д.). Создание Колеса баланса: анализируем и планируем свою жизнь.
4.	Планирование. Распределение времени. Доведение дел до завершения.	СТРАТЕГИИ И ТАКТИКИ моей жизни: краткосрочные, среднесрочные и долгосрочные цели-задачи. Планирование своей деятельности по матрице Эйзенхауэра. “Делай – Планируй – Поручай – Не делай” — “формула успеха” Дэвида Аллена.
5.	Виды восприятия информации у человека. Структурирование информации.	Категории людей в зависимости от каналов восприятия информации. ИНТЕЛЛЕКТ КАРТА моего профессионального роста. Совмещаем психологию, мнемонику и нейролингвистику. Майндмэппинг как средство самопознания. Анализируем свои эмоции, чувства и вкусы, выявляем причины настоящего положения вещей. Инструменты для создания «цифрового мозга»: TheBrainTech, TheBrain.
6.	Самоконтроль. Самооценка.	Необходимые элементы успешной и эффективной реализации целей самообразования. Основы самоконтроля, преимущества. Как развить самоконтроль. Определяем уровень своей самооценки. Формируем собственную самооценку. Создаем версию «себя лучшего». Побеждаем неуверенность в себе. Техники поднятия самооценки и обретения гармонии. Волшебное число 21. «Прокачиваем» себя эффективными аффирмациями.
7.	Приемы достижения личной эффективности.	Топ 10 принципов моей жизни (составьте десять жизненных принципов, которые будут способствовать вам в достижении ваших

		жизненных целей).
8.	Психология невербального общения.	Язык телодвижений. Зоны и территории. Конгруэнтность. Читаем мысли людей по их жестам. Сигналы глаз. Жестикуляция. Положение торса. Влияние на окружающих с помощью различных положений.
9	Методика работы с библиографическими изданиями. Технологии подготовки и презентации результатов учебного труда.	Самопрезентация: -кто я, мои интересы, как я вижу себя в профессии; -план моего самообразования, саморазвития; -кто я через 10 лет – или ЛЕСТНИЦА УСПЕХА;

6.2.3 Содержание самостоятельной работы

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание самостоятельной работы
1.	Введение. Цель и задачи изучения дисциплины. Личностные качества и сущность самообразования	Социальный запрос к подготовке специалиста в условиях глобализации, новых технологий и инноваций. Особенности современной системы образования. Непрерывное образование. Цели и задачи высшего образования. Профессия для человека. Значение самообразования в профессиональном становлении личности. Самообразовательная компетенция. Готовность к самообразованию. Понятие самообразования. Самообразование в профессиональной деятельности, в учебной деятельности студентов. Самообразование как механизм превращения репродуктивной деятельности человека в продуктивную, творческую. Функции самообразования: экстенсивная, ориентировочная, компенсаторная, методологическая, коммуникативная, саморазвития, самореализации и т.д. Типы самообразования: систематическое и ситуативное. Источники самообразования: книги, периодическая печать, средства массовой информации Интернет, исследовательская деятельность, семинары и конференции, обучение на разных курсах, работа, посещение выставок, музеев, театров, экскурсий, окружающая действительность, хобби, увлечения
2.	Мотивационная сфера самообразовательной деятельности.	Мотивы самообразования: ежедневная работа с информацией; желание творчества; стремительный рост современной науки; изменения, происходящие в жизни общества; конкуренция; общественное мнение; материальное стимулирование; интерес. Три аспекта целей самообразования. самообразовательные задачи, способы, результат самообразования. Самообразование как технологический процесс.

		Цель и задачи самообразования. Три этапа технологии самообразования: организационный, практический, аналитический.
3.	Целеполагание самообразовательной деятельности	Как мозг работает с целями. Метод постановки целей SMART. Цель должна быть: конкретна, измерима, достижима, актуальна, ограничена сроком. Эффективный метод постановки и достижения целей Брайана Трейси. 12 этапов постановки целей: желание, убеждение, фиксация, польза, анализ текущей ситуации, предельный срок, препятствия, список, ресурсы, план, визуализация, настойчивость.
4.	Планирование. Распределение времени. Доведение дел до завершения.	Правильное предварительное планирование предотвращает плохие показатели. Рекомендации по планированию. Зачем нужен план самообразования. Четыре типа планов. Как составить план самообразования. 21 действенный принцип эффективного труда Брайана Трейси. Три основных заблуждения, связанных с вопросом организации времени. Пирамида эффективности Стивена Кови: выявление ценностей, постановка целей, планирование недели, планирование дня. Матрица Эйзенхауэра – четыре квадранта, отличающиеся качественными показателями: важные и срочные дела, срочные и не важные дела, не срочные и не важные дела, важные не срочные дела. Методика повышения личной эффективности «доведение дел до завершения» Дэвида Аллена – «Делай – Планируй – Поручай – Не делай». Некоторые постулаты методики Аллена: организация пространства, система хранения справочной информации, списки, контроль над достижением. Принципы GTD: сбор, обработка, организация, обзор и действие.
5.	Виды восприятия информации у человека. Структурирование информации.	Восприятие информации. Свойства восприятия. Процесс восприятия. Виды восприятия информации человеком. Виды информации по способу восприятия. Формы подачи информации человеку. Категории людей по каналам восприятия информации. Восприятие и понимание информации. Эмоциональное восприятие информации. Цель структурирования информации. Принципы структурирования изучаемой информации. Правила и методы структурирования информации: правило Миллера, эффект края, эффект Ресторффа, метод римской комнаты, метод ментальных карт.
6.	Самоконтроль. Самооценка. Результат самообразования.	Как развить самоконтроль. Ошибки планирования. Анализ распорядка дня, выявление «пожирателей времени», объединение дел самодисциплина, делегирование, свой собственный день.

		Самооценка личности. Функции самооценки. Факторы, влияющие на самооценку личности. Два типа проблем с самооценкой. Высокая самооценка и уверенность в себе – важный фактор достижения успеха. Способы повышения самооценки. По каждому из этапов самообразовательной деятельности: на организационном этапе – определение темы самообразования, разработка плана; на практическом этапе – реализация мероприятий согласно индивидуальному плану самообразования; на аналитическом этапе – анализ проделанной работы и подготовленный отчет по самообразованию. Критерии результативности самообразовательной деятельности: сформированность личностных качеств (активность, инициативность, готовность к аналитической деятельности); повышение статуса; эффективность деятельности, творческий рост. Самообразование как неотъемлемая часть саморазвития.
7.	Приемы достижения личной эффективности.	Техники осознанности "здесь и сейчас". Альфа-реальности. Три способа заставить дедлайн работать: сделать его реалистичным, заставить его стимулировать, браться за дело прямо сейчас. Как установить дедлайн для негативного мышления. Физические и психологические причины усталости. Максимальная энергия. Адреналиновая и централизованная энергия.
8.	Психология невербального общения.	Понятие о невербальном поведении, невербальной интеракции. Как не стать объектом манипуляций других. Как читать человека. Темпераменты: желчный, сангвинический, лимфатический, меланхолический, нервный темпераменты. Физиогномика – характер по силуэту. Язык телодвижений: жесты рук и кистей, сигналы глаз, отзеркаливание, влияние на окружающих с помощью различных положений корпуса тела.
9.	Методика работы с библиографическими изданиями. Технологии подготовки и презентации результатов учебного труда.	Доступ к удаленным ресурсам Интернет. Новые доступы к полнотекстовым базам данных, электронные журналы, электронные библиотеки в Интернет. Алгоритм поиска литературы. Алфавитный каталог, его назначение, структура и принцип организации. Систематический каталог, его назначение, структура и принцип организации. Библиотечные классификации. Электронный каталог. Поиск информации в базах данных электронного каталога. Виды представления знаний: сообщение (устный ответ), доклад, сочинение, эссе, реферат, проект, тест, экзамен, резюме, портфолио, итоговая (выпускная работа). Требования и технология представления результатов труда в виде

		презентации.
--	--	--------------

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Предусмотрены следующие виды контроля качества освоения конкретной дисциплины:

- текущий контроль успеваемости
- промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен в **ПРИЛОЖЕНИИ** к РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины в процессе обучения.

7.1 Паспорт фонда оценочных средств для проведения текущей аттестации по дисциплине (модулю)

№ п/п	Контролируемые разделы (темы)	Наименование оценочного средства
1.	Введение. Цель и задачи изучения дисциплины. Сущность, источники, функции, типы самообразования.	Опрос, проблемно-аналитическое задание, тестирование.
2.	Структура, мотивы, цель самообразовательной деятельности.	Опрос, проблемно-аналитическое задание, тестирование, информационный проект (презентация), эссе.
3.	Самообразовательная работа начинается постановки цели.	Опрос, проблемно-аналитическое задание, тестирование, информационный проект (презентация).
4.	Планирование. Распределение времени. Доведение дел до завершения.	Опрос, проблемно-аналитическое задание, тестирование, информационный проект (презентация), эссе.
5.	Виды восприятия информации у человека. Структурирование информации.	Опрос, проблемно-аналитическое задание, тестирование, информационный проект (презентация), эссе.
6.	Самоконтроль. Самооценка. Результат самообразования.	Опрос, проблемно-аналитическое задание, тестирование, информационный проект (презентация), эссе.
7.	Приемы достижения личной эффективности.	Опрос, проблемно-аналитическое задание, тестирование, информационный проект (презентация).
8.	Психология невербального общения.	Опрос, тестирование, информационный проект (презентация).
9.	Методика работы с библиографическими изданиями. Технологии подготовки и	Опрос, тестирование, проблемно-аналитическое задание, информационный проект (презентация).

	презентации результатов учебного труда.	
--	---	--

7.2 Типовые письменные опросы или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Типовые вопросы

1. Цель, задачи, мотивы самообразования. Значение самообразования в профессиональном становлении личности
2. Самообразование как технологический процесс.
3. Эффективные методы постановки и достижения целей. Определить свою истинную профессию.
4. Составление плана самообразования. Специфика управления временем.
5. Технологии раскрытия собственного потенциала.
6. Правила и методы структурирования информации.
7. Формируем собственную самооценку. Техники поднятия самооценки и обретения гармонии.
8. Невербальное общение. Читаем мысли людей по их жестам.
9. Самопрезентация: лестница успеха.

Типовые проблемно-аналитические задания

1. Проблемно-аналитическое задание:

1. Предназначение – это направление, путь, по которому вам предстоит двигаться о жизни. Это цель и образ жизни.

Призвание – склонность к тому или иному делу, профессии.

Если ваше предназначение и призвание сливаются в единое целое - ваша жизнь обретает смысл, появляется вдохновение, идеи и внутренний огонь.

Определите, как Вы понимаете Ваше предназначение и призвание?

2. Ценности человека – это его главные цели, представления о собственной миссии, основные принципы, то, о чем больше всего он заботится. Когда в основании нашей жизни лежат наши личные ценности, мы живем в согласии с собой.

Опишите Ваши ценности. На что опираются Ваши жизненные цели?

3. «Колесо жизненного баланса»

Гармоничное сочетание всех сфер жизни – вот секрет счастья и жизненного успеха.

Проанализируйте, насколько равномерно гармонично развиваются сферы Вашей жизни. Оцените уровень удовлетворенности восьми секторов Вашего Колеса Жизни, представляющих собой, жизненный баланс: Карьера, Финансы, Здоровье, Друзья, Семья, Рост, Отдых, Условия жизни.

Темы информационных проектов

Подготовьте информационный проект (презентацию) по теме:

1. САМОПРЕЗЕНТАЦИЯ: кто я, мои интересы, как я вижу себя в профессии; план моего самообразования, саморазвития;
2. Лестница успеха;
3. Топ 10 принципов моей жизни;
4. Интеллект карта моего профессионального роста.

Темы эссе

Эссе-размышление на тему: «Онлайн курс как часть образовательной среды: возможности, сильные и слабые стороны».

1. Какие книги на меня повлияли в процессе личностного развития.
2. Какие книги на меня повлияли в процессе профессионального самосовершенствования
3. Роль самообразования в моей жизни.
4. Кто для меня является примером человека, который путём самообразования сумел «Сделать себя сам» (знакомый одноклассник или однокурсник, книжный персонаж, выдающийся учёный)

Типовые тесты

1. В чем главная задача современной системы образования?

- а) успешная социализация человека;
- б) подготовка компетентного специалиста;
- в) овладение личностью определенной системой научных знаний, практических умений и навыков с возможностью их применения на практике;

2. В чем заключается цель и задача самообразования?

- а) приобретение знаний, умений и навыков в определенной области науки;
- б) достижение намеченных профессиональных и жизненных целей и планов;
- в) сделать из себя надеясь главным образом на себя, и своими средствами, человека образованного;

3. Какое из определений наиболее подходит к понятию «самообразование»?

- а) образование, получаемое самостоятельно, вне стен какого-либо учебного заведения, без помощи обучающего;
- б) приобретение дополнительных знаний самостоятельно, без помощи преподавателя;
- в) целенаправленная познавательная деятельность, по приобретению систематических знаний в какой-либо области знаний;

4. Что такое самообразовательная компетенция?

- а) совокупность взаимосвязанных качеств личности, необходимых для качественно-продуктивной деятельности;
- б) навыки, умения, способность решать вопросы и задачи в определенной предметной области;
- в) способность мобилизовать организованные в систему знания, умения и личностные качества, необходимые для выполнения определенной задачи;

5. Как Вы понимаете готовность человека к самообразованию?

- а) способность индивида самостоятельно осваивать знания и умения, необходимые для решения профессиональной задачи;
- б) способность выявлять пробелы в своих знаниях и умениях, оценивать необходимость той или иной информации для своей деятельности, а также гибко изменять свою профессиональную квалификацию, самостоятельно осваивать знания и умения, необходимые для решения поставленной задачи;
- в) это наличие объема требуемых знаний, навыков, опыта в какой-либо области, полученные путем систематического обучения;

6. Что является источниками самообразования?

- а) книги, журналы, газеты, курсы повышения квалификации, обучающие программы, семинары, конференции;

б) книги, периодическая печать, средства массовой информации, Интернет, исследовательская деятельность, семинары и конференции, обучение на курсах, работа, посещение выставок, музеев, театров, экскурсий, окружающая действительность, хобби;

в) книги, периодическая печать, средства массовой информации, дистанционное самообразование, обучение на различных курсах, экскурсии, театры, выставки, музеи, концерты;

7. Каковы функции самообразования?

а) профессиональный рост, дополнение и углубление профессионального образования, приобретение базового образования, формирование индивидуального стиля профессиональной деятельности, осмысление собственной самостоятельной деятельности, самопознание и самосовершенствование, самореализация личности;

б) саморазвивающая, компенсаторная, образовательная, профориентационная, адаптационная, воспитательная;

в) развитие способностей индивида, приобретение дополнительного образования, формирование навыков в каком-либо виде деятельности, самопознание, самосовершенствование, самовоспитание, самореализация, повышение уровня самооценки;

8. Какова структура самообразовательной деятельности?

а) цель-задачи-план самообразования-самоконтроль-самооценка-результат самообразовательной деятельности;

б) мотивы-цель-задачи-способы самообразования-самоконтроль-самооценка-результат;

в) тема самообразования-план-задачи-этапы-способы самообразования-самоконтроль-результат;

9. Каковы мотивы самообразования?

а) потребность в знаниях, необходимость получения достойного образования, конкуренция, материальная заинтересованность, стремление к саморазвитию;

б) желание творчества, рост современной науки, устаревание технологий, конкуренция, материальный интерес;

в) работа с информацией, творчество, рост современной науки, изменения в жизни общества, конкуренция, общественное мнение, материальное стимулирование, интерес;

10. С чего начинается самообразовательная деятельность?

а) с постановки цели;

б) с плана;

в) с определения задач самообразования;

11. Каковы SMART критерии постановки личных целей?

а) конкретность, измеримость, достижимость, актуальность, ограниченность сроком;

б) значимость, реальность, актуальность, направленность на результат, временное ограничение;

в) актуальность, необходимость, достижимость, позитивность, ограниченность сроком;

12. Какие этапы постановки целей предложил Брайн Трейси?

а) цель, вера, польза, предельный срок, список препятствий, список необходимого для достижения цели, ресурсы, план, визуализация, решимость;

б) желание, цель, польза от исполнения желания, исходная позиция, список необходимого для достижения цели, определение препятствий к достижению цели,

ресурсы, план, визуализация, настойчивость;

в) желание, убеждение, записать цели, польза, анализ исходной позиции, предельный срок, определение препятствий, список необходимого для достижения цели, список необходимых людей, план, визуализация, настойчивость;

13. Из каких уровней состоит «пирамида эффективности» Стивена Кови?

- а) выявление ценностей, постановка целей, планирование недели, планирование дня;
- б) постановка целей, определение задач, планирование недели, планирование дня;
- в) выявление ценностей, постановка целей, определение задач, планирование дня;

14. Автор матрицы управления временем?

- а) Эйзенхайм;
- б) Эйзенхауэр;
- в) Эйзенштейн;

15. По каким параметрам распределяется планируемая деятельность человека в матрице управления временем?

- а) по важности и срочности;
- б) по важности и срокам исполнения;
- в) по срочности и объему задач;

16. Какова цель структурирования информации?

- а) упрощение запоминания большого объема информации;
- б) упрощение понимания основных элементов, из которых состоит весь массив информации, а также логики взаимосвязанности этих элементов;
- в) быстрый доступ к элементу большого информационного объема;

17. Что такое самооценка человека?

- а) как вы оцениваете отношение окружающих к самому себе;
- б) объективный взгляд на самого себя, кем вы являетесь на самом деле;
- в) оценка человеком собственных качеств, достоинств и недостатков;

18. Каковы критерии результативности самообразовательной деятельности?

- а) сформированность личностных качеств, профессиональный рост, творческий рост, повышение уровня самооценки;
- б) эффективность деятельности, профессиональный рост, саморазвитие, творческий рост, повышение уровня конкурентоспособности;
- в) сформированность личностных качеств, повышение статуса, эффективность деятельности, творческий рост;

19. Кто такие кинестетики?

- а) люди, воспринимающие информацию через движения, осязание, обоняние;
- б) люди, воспринимающие реальность через тактильные ощущения;
- в) категория людей, воспринимающих информацию путем логического осознания;

20. Конгруэнтность это:

- а) контекст в толковании жестов;
- б) совокупность жестов;
- в) совпадение слов и жестов;

7.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Все задания, используемые для текущего контроля формирования компетенций условно можно разделить на две группы:

1. задания, которые в силу своих особенностей могут быть реализованы только в процессе обучения на занятиях (например, дискуссия, круглый стол, диспут, мини-конференция);

2. задания, которые дополняют теоретические вопросы (практические задания, проблемно-аналитические задания, тест).

Выполнение всех заданий является необходимым для формирования и контроля знаний, умений и навыков. Поэтому, в случае невыполнения заданий в процессе обучения, их необходимо «отработать» до зачета (экзамена). Вид заданий, которые необходимо выполнить для ликвидации «задолженности» определяется в индивидуальном порядке, с учетом причин невыполнения.

1.Требование к теоретическому устному ответу

Оценка знаний предполагает дифференцированный подход к студенту, учет его индивидуальных способностей, степень усвоения и систематизации основных понятий и категорий по дисциплине. Кроме того, оценивается не только глубина знаний поставленных вопросов, но и умение использовать в ответе практический материал. Оценивается культура речи, владение навыками ораторского искусства.

Критерии оценивания: последовательность, полнота, логичность изложения, анализ различных точек зрения, самостоятельное обобщение материала, использование профессиональных терминов, культура речи, навыки ораторского искусства. Изложение материала без фактических ошибок.

Оценка «*отлично*» ставится в случае, когда материал излагается исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно, при этом раскрываются не только основные понятия, но и анализируются точки зрения различных авторов. Обучающийся не затрудняется с ответом, соблюдает культуру речи.

Оценка «*хорошо*» ставится, если обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, знает практическую базу, но при ответе на вопрос допускает несущественные погрешности.

Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если обучающийся освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении материала, затрудняется с ответами, показывает отсутствие должной связи между анализом, аргументацией и выводами.

Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если обучающийся не отвечает на поставленные вопросы.

2. Творческие задания

Эссе – это небольшая по объему письменная работа, сочетающая свободные, субъективные рассуждения по определенной теме с элементами научного анализа. Текст должен быть легко читаем, но необходимо избегать нарочито разговорного стиля, сленга, шаблонных фраз. Объем эссе составляет примерно 2 – 2,5 стр. 12 шрифтом с одинарным интервалом (без учета титульного листа).

Критерии оценивания - оценка учитывает соблюдение жанровой специфики эссе, наличие логической структуры построения текста, наличие авторской позиции, ее научность и связь с современным пониманием вопроса, адекватность аргументов, стиль изложения, оформление работы. Следует помнить, что прямое заимствование (без оформления цитат) текста из Интернета или электронной библиотеки недопустимо.

Оценка «*отлично*» ставится в случае, когда определяется: наличие логической структуры построения текста (вступление с постановкой проблемы; основная часть,

разделенная по основным идеям; заключение с выводами, полученными в результате рассуждения); наличие четко определенной личной позиции по теме эссе; адекватность аргументов при обосновании личной позиции, стиль изложения.

Оценка «хорошо» ставится, когда в целом определяется: наличие логической структуры построения текста (вступление с постановкой проблемы; основная часть, разделенная по основным идеям; заключение с выводами, полученными в результате рассуждения); но не прослеживается наличие четко определенной личной позиции по теме эссе; не достаточно аргументов при обосновании личной позиции

Оценка «удовлетворительно» ставится, когда в целом определяется: наличие логической структуры построения текста (вступление с постановкой проблемы; основная часть, разделенная по основным идеям; заключение). Но не прослеживаются четкие выводы, нарушается стиль изложения

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если не выполнены никакие требования

3. Требование к решению ситуационной, проблемной задачи (кейс-измерители)

Студент должен уметь выделить основные положения из текста задачи, которые требуют анализа и служат условиями решения. Исходя из поставленного вопроса в задаче, попытаться максимально точно определить проблему и соответственно решить ее.

Задачи должны решаться студентами письменно. При решении задач также важно правильно сформулировать и записать вопросы, начиная с более общих и, кончая частными.

Критерии оценивания – оценка учитывает методы и средства, использованные при решении ситуационной, проблемной задачи.

Оценка «отлично» ставится в случае, когда обучающийся выполнил задание (решил задачу), используя в полном объеме теоретические знания и практические навыки, полученные в процессе обучения.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся в целом выполнил все требования, но не совсем четко определяется опора на теоретические положения, изложенные в научной литературе по данному вопросу.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся показал положительные результаты в процессе решения задачи.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся не выполнил все требования.

4. Интерактивные задания

Механизм проведения диспут-игры (ролевой (деловой) игры).

Необходимо разбиться на несколько команд, которые должны поочередно высказать свое мнение по каждому из заданных вопросов. Мнение высказывающейся команды засчитывается, если противоположная команда не опровергнет его контраргументами. Команда, чье мнение засчитано как верное (не получило убедительных контраргументов от противоположных команд), получает один балл. Команда, опровергнувшая мнение противоположной команды своими контраргументами, также получает один балл. Побеждает команда, получившая максимальное количество баллов.

Ролевая игра как правило имеет фабулу (ситуацию, казус), распределяются роли, подготовка осуществляется за 2-3 недели до проведения игры.

Критерии оценивания – оцениваются действия всех участников группы. Понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Соответствие реальной действительности решений, выработанных в ходе игры. Владение терминологией, демонстрация владения учебным материалом по теме игры, владение методами аргументации, умение работать в группе (умение слушать, конструктивно вести беседу, убеждать, управлять временем, бесконфликтно общаться),

достижение игровых целей, (соответствие роли – при ролевой игре). Ясность и стиль изложения.

Оценка «*отлично*» ставится в случае, выполнения всех критериев.

Оценка «*хорошо*» ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Решения, выработанные в ходе игры, полностью соответствуют реальной действительности. Но некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены нормы общения, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия в целом соответствуют заданным целям. Однако, решения, выработанные в ходе игры, не совсем соответствуют реальной действительности. Некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если обучающиеся не понимают проблему, их высказывания не соответствуют заданным целям.

5. Комплексное проблемно-аналитическое задание

Задание носит проблемно-аналитический характер и выполняется в три этапа. На первом из них необходимо ознакомиться со специальной литературой.

Целесообразно также повторить учебные материалы лекций и семинарских занятий по темам, в рамках которых предлагается выполнение данного задания.

На втором этапе выполнения работы необходимо сформулировать проблему и изложить авторскую версию ее решения, на основе полученной на первом этапе информации.

Третий этап работы заключается в формулировке собственной точки зрения по проблеме. Результат третьего этапа оформляется в виде аналитической записки (объем: 2-2,5 стр.; 14 шрифт, 1,5 интервал).

Критерий оценивания - оценка учитывает: понимание проблемы, уровень раскрытия поставленной проблемы в плоскости теории изучаемой дисциплины, умение формулировать и аргументировано представлять собственную точку зрения, выполнение всех этапов работы.

Оценка «*отлично*» ставится в случае, когда обучающийся демонстрирует полное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены.

Оценка «*хорошо*» ставится, если обучающийся демонстрирует значительное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены.

Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если обучающийся, демонстрирует частичное понимание проблемы, большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены

Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если обучающийся демонстрирует непонимание проблемы, многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены.

6. Исследовательский проект

Исследовательский проект – проект, структура которого приближена к формату научного исследования и содержит доказательство актуальности избранной темы, определение научной проблемы, предмета и объекта исследования, целей и задач, методов, источников, историографии, обобщение результатов, выводы.

Результаты выполнения исследовательского проекта оформляется в виде реферата (объем: 12-15 страниц.; 14 шрифт, 1,5 интервал).

Критерии оценивания - поскольку структура исследовательского проекта максимально приближена к формату научного исследования, то при выставлении учитывается доказательство актуальности темы исследования, определение научной проблемы, объекта и предмета исследования, целей и задач, источников, методов

исследования, выдвижение гипотезы, обобщение результатов и формулирование выводов, обозначение перспектив дальнейшего исследования.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда обучающийся демонстрирует полное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся демонстрирует значительное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся, демонстрирует частичное понимание проблемы, большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающийся демонстрирует непонимание проблемы, многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены.

7. Информационный проект(презентация)

Информационный проект – проект, направленный на стимулирование учебно-познавательной деятельности студента с выраженной эвристической направленностью (поиск, отбор и систематизация информации об объекте, оформление ее для презентации). Итоговым продуктом проекта может быть письменный реферат, электронный реферат с иллюстрациями, слайд-шоу, мини-фильм, презентация и т.д.

Информационный проект отличается от исследовательского проекта, поскольку представляет собой такую форму учебно-познавательной деятельности, которая отличается ярко выраженной эвристической направленностью.

Критерии оценивания- при выставлении оценки учитывается самостоятельный поиск, отбор и систематизация информации, раскрытие вопроса (проблемы), ознакомление студенческой аудитории с этой информацией (представление информации), ее анализ и обобщение, оформление, полные ответы на вопросы аудитории с примерами.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда обучающийся полностью раскрывает вопрос (проблему), представляет информацию систематизировано, последовательно, логично, взаимосвязано, использует более 5 профессиональных терминов, широко использует информационные технологии, ошибки в информации отсутствуют, дает полные ответы на вопросы аудитории с примерами.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся раскрывает вопрос (проблему), представляет информацию систематизировано, последовательно, логично, взаимосвязано, использует более 2 профессиональных терминов, достаточно использует информационные технологии, допускает не более 2 ошибок в изложении материала, дает полные или частично полные ответы на вопросы аудитории.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся, раскрывает вопрос (проблему) не полностью, представляет информацию не систематизировано и не совсем последовательно, использует 1-2 профессиональных термина, использует информационные технологии, допускает 3-4 ошибки в изложении материала, отвечает только на элементарные вопросы аудитории без пояснений.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если вопрос не раскрыт, представленная информация логически не связана, не используются профессиональные термины, допускает более 4 ошибок в изложении материала, не отвечает на вопросы аудитории.

8. Дискуссионные процедуры

Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты, мини-конференции являются средствами, позволяющими включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения. Задание дается заранее, определяется круг вопросов для обсуждения, группы участников этого обсуждения.

Дискуссионные процедуры могут быть использованы для того, чтобы студенты:

–лучше поняли усвояемый материал на фоне разнообразных позиций и мнений, не

обязательно достигая общего мнения;

- смогли постичь смысл изучаемого материала, который иногда чувствуют интуитивно, но не могут высказать вербально, четко и ясно, или конструировать новый смысл, новую позицию;

- смогли согласовать свою позицию или действия относительно обсуждаемой проблемы.

Критерии оценивания – оцениваются действия всех участников группы. Понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Соответствие реальной действительности решений, выработанных в ходе игры. Владение терминологией, демонстрация владения учебным материалом по теме игры, владение методами аргументации, умение работать в группе (умение слушать, конструктивно вести беседу, убеждать, управлять временем, бесконфликтно общаться), достижение игровых целей, (соответствие роли – при ролевой игре). Ясность и стиль изложения.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда все требования выполнены в полном объеме.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Решения, выработанные в ходе игры, полностью соответствуют реальной действительности. Но некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены нормы общения, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия в целом соответствуют заданным целям. Однако, решения, выработанные в ходе игры, не совсем соответствуют реальной действительности. Некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающиеся не понимают проблему, их высказывания не соответствуют заданным целям.

9. Тестирование

Является одним из средств контроля знаний обучающихся по дисциплине.

Критерии оценивания – правильный ответ на вопрос

Оценка *«отлично»* ставится в случае, если правильно выполнено 90-100% заданий

Оценка *«хорошо»* ставится, если правильно выполнено 70-89% заданий

Оценка *«удовлетворительно»* ставится в случае, если правильно выполнено 50-69% заданий

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если правильно выполнено менее 50% заданий

10. Требование к письменному опросу (контрольной работе)

Оценивается не только глубина знаний поставленных вопросов, но и умение изложить письменно.

Критерии оценивания: последовательность, полнота, логичность изложения, анализ различных точек зрения, самостоятельное обобщение материала. Изложение материала без фактических ошибок.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда соблюдены все критерии.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, знает практическую базу, но допускает несущественные погрешности.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении материала, затрудняется с ответами, показывает отсутствие должной связи между анализом, аргументацией и выводами.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся не отвечает на поставленные вопросы.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1 Основная учебная литература:

1. Милорадова, Н. Г. Психология саморазвития и самоорганизации в условиях учебно-профессиональной деятельности: учебное пособие для студентов магистратуры, обучающихся по направлению подготовки 38.04.02 Менеджмент / Н. Г. Милорадова, А. Д. Ишков. — Москва: Московский государственный строительный университет, Ай Пи Эр Медиа, ЭБС АСВ, 2016. — 109 с. — ISBN 978-5-7264-1340-2. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/54678.html>
2. Галкина, Т.В. Самооценка как процесс решения задач: системный подход/ Галкина Т.В. — М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2019.— 399 с. — ISBN 978-5-9270-0208-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт].— URL: <http://www.iprbookshop.ru/88384.html>.

8.2 Дополнительная учебная литература:

1. Гусева, Т. И. Психология личности: учебное пособие / Т. И. Гусева, Т. В. Катарьян. — 2-е изд. — Саратов: Научная книга, 2019. — 159 с. — ISBN 978-5-9758-1771-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81081.html>
2. Каюмов, А. Т. Самостоятельная работа студентов как составная часть образовательного процесса: учебное пособие / А. Т. Каюмов, Н. З. Сафиуллина, Н. Р. Исхакова. — Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2017. — 189 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/97105.html>

8.3. Периодические издания:

1. Человек и образование. ISSN 1815-7041. <http://obrazovanie21.narod.ru/>

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

www.iprbookshop.ru - бесплатная электронная Интернет библиотека.
www.elibrary.ru – бесплатная электронная Интернет библиотека.
<https://www.cfin.ru> - «Корпоративный менеджмент»: бизнес-портал
Федеральный портал «Российское образование» <https://dic.academic.ru/>
Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»
<http://school-collection.edu.ru/>
Развитие профессионализма. URL: <http://developmentonline.ru/>
Путь к себе. URL:<http://put-k-sebe.com/>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Успешное освоение данного курса базируется на рациональном сочетании нескольких видов учебной деятельности – лекций, семинарских занятий, самостоятельной работы. При этом самостоятельную работу следует рассматривать одним из главных звеньев полноценного высшего образования, на которую отводится значительная часть учебного времени.

Самостоятельная работа студентов складывается из следующих составляющих:

- работа с основной и дополнительной литературой, с материалами интернета и конспектами лекций;
- внеаудиторная подготовка к письменным опросам, выполнение докладов, рефератов;
- выполнение самостоятельных практических работ;
- подготовка к зачетам непосредственно перед ними.

Для правильной организации работы необходимо учитывать порядок изучения разделов курса, находящихся в строгой логической последовательности. Поэтому хорошее усвоение одной части дисциплины является предпосылкой для успешного перехода к следующей. Задания, проблемные вопросы, предложенные для изучения дисциплины, в том числе и для самостоятельного выполнения, носят междисциплинарный характер и базируются, прежде всего, на причинно-следственных связях между компонентами окружающего нас мира. В течение семестра, необходимо подготовить рефераты (проекты) с использованием рекомендуемой основной и дополнительной литературы и сдать рефераты для проверки преподавателю. Важным составляющим в изучении данного курса является решение ситуационных задач и работа над проблемно-аналитическими заданиями, что предполагает знание соответствующей научной терминологии и т.д.

Для лучшего запоминания материала целесообразно использовать индивидуальные особенности и разные виды памяти: зрительную, слуховую, ассоциативную. Успешному запоминанию также способствует приведение ярких свидетельств и наглядных примеров. Учебный материал должен постоянно повторяться и закрепляться.

При выполнении докладов, творческих, информационных, исследовательских проектов особое внимание следует обращать на подбор источников информации и методику работы с ними.

Для успешной сдачи зачета рекомендуется соблюдать следующие правила:

1. Подготовка к зачету должна проводиться систематически, в течение всего семестра.
2. Интенсивная подготовка должна начаться не позднее, чем за месяц до зачета.
3. Время непосредственно перед зачетом лучше использовать таким образом, чтобы оставить последний день свободным для повторения курса в целом, для систематизации материала и доработки отдельных вопросов.

Учитывая значительный объем теоретического материала, студентам рекомендуется регулярное посещение и подробное конспектирование лекций.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

1. Операционные системы семейства Windows;
2. Microsoft Office;
3. Libre Office свободно распространяемый офисный пакет с открытым исходным кодом;
4. Информационно-справочная система: Система КонсультантПлюс (КонсультантПлюс): веб версия;
5. Информационно-правовое обеспечение Гарант: Электронный периодический

справочник «Система ГАРАНТ» (Система ГАРАНТ): веб версия;

6. Электронная информационно-образовательная система
ММУ: <https://elearn.mmu.ru/>

Перечень используемого программного обеспечения указан в п.12 данной рабочей программы дисциплины.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

12.1. Учебная аудитория для проведения учебных занятий, предусмотренных программой бакалавриата, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения.

Специализированная мебель:

Комплект учебной мебели (стол, стул) по количеству обучающихся; комплект мебели для преподавателя; доска (маркерная).

Технические средства обучения:

Компьютер в сборе для преподавателя, проектор, экран, колонки

Перечень лицензионного программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Операционные системы семейства Windows, антивирус Kaspersky Endpoint Security.

КонсультантПлюс веб версия, Гарант веб версия

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения:

Яндекс Браузер, LibreOffice, МТС Линк, VLC Media Player

Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду ММУ.

12.2. Помещение для самостоятельной работы обучающихся.

Специализированная мебель:

Комплект учебной мебели (стол, стул) по количеству обучающихся; комплект мебели для преподавателя; доска (маркерная).

Технические средства обучения:

Компьютер в сборе для преподавателя; компьютеры в сборе для обучающихся; колонки; проектор, экран.

Перечень лицензионного программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Операционные системы семейства Windows, Microsoft Office, антивирус Kaspersky Endpoint Security.

КонсультантПлюс веб версия, Гарант веб версия

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения:

Яндекс Браузер, LibreOffice, МТС Линк, Notepad++, Pinta, GIMP, Inkscape, OpenShot, FreeCAD, LibreCAD, Jamovi, AnyLogic, Visual Studio, Unity

13. Образовательные технологии, используемые при освоении дисциплины

Для освоения дисциплины используются как традиционные формы занятий – лекции (типы лекций – установочная, вводная, текущая, заключительная, обзорная; виды лекций – проблемная, визуальная, лекция конференция, лекция консультация); и семинарские(практические) занятия, так и активные и интерактивные формы занятий - деловые и ролевые игры, решение ситуационных задач и разбор конкретных ситуаций.

На учебных занятиях используются технические средства обучения мультимедийной аудитории: компьютер, монитор, колонки, настенный экран, проектор, микрофон, пакет программ Microsoft Office для демонстрации презентаций и

медиафайлов, видеопроектор для демонстрации слайдов, видеосюжетов и др. Тестирование обучаемых может осуществляться с использованием компьютерного оборудования университета.

13.1. В освоении учебной дисциплины используются следующие традиционные образовательные технологии:

- чтение проблемно-информационных лекций с использованием доски и видеоматериалов;
- семинарские занятия для обсуждения, дискуссий и обмена мнениями;
- письменные опросы;
- консультации;
- самостоятельная работа студентов с учебной литературой и первоисточниками;
- подготовка и обсуждение рефератов (проектов), презентаций (научно-исследовательская работа);
- тестирование по основным темам дисциплины.

13.2. Активные и интерактивные методы и формы обучения

Из перечня видов: (*«мозговой штурм», анализ НПА, анализ проблемных ситуаций, анализ конкретных ситуаций, инциденты, имитация коллективной профессиональной деятельности, разыгрывание ролей, творческая работа, связанная с освоением дисциплины, ролевая игра, круглый стол, диспут, беседа, дискуссия, мини-конференция и др.*) используются следующие:

- *проблемно-аналитическое задание;*
- *информационный проект (презентация.)*

13.3. Особенности обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

При организации обучения по дисциплине учитываются особенности организации взаимодействия с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее – инвалиды и лица с ОВЗ) с целью обеспечения их прав. При обучении учитываются особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности и при необходимости обеспечивается коррекция нарушений развития и социальная адаптация указанных лиц.

Выбор методов обучения определяется содержанием обучения, уровнем методического и материально-технического обеспечения, особенностями восприятия учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ограниченными возможностями здоровья и т.д. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение и дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«МОСКОВСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Основы самообразования

<i>Направление подготовки</i>	Искусство и гуманитарные науки
<i>Код</i>	50.03.01
<i>Направленность (профиль)</i>	Искусство и гуманитарные науки
<i>Квалификация выпускника</i>	бакалавр

1. Перечень кодов компетенций, формируемых дисциплиной в процессе освоения образовательной программы

Группа компетенций	Категория компетенций	Код
Универсальные	Самореализация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем для успешного выполнения порученной работы и саморазвития УК-6.2 Критически оценивает эффективность использования времени при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата УК-6.3 Проявляет интерес к саморазвитию и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков, на основе представлений о непрерывности образования в течение всей жизни УК-6.4 Использует различные технологии самосовершенствования и саморазвития, приемы достижения личной эффективности.

3. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине и критериев оценки результатов обучения по дисциплине

3.1. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине представлены дескрипторами (знания, умения, навыки).

Дескрипторы по дисциплине	Знать	Уметь	Владеть
Код компетенции	УК-6		

	– структуру самообразования, его роль в жизнедеятельности личности; – основные виды и формы самоорганизации и самообразования; – компоненты готовности к самообразованию	– применять знания о своих ресурсах и их пределах (психофизиологических, личностных, ситуативных, временных и т.д.) для – успешного выполнения порученной работы, планировать собственную самообразовательную деятельность с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда	– основами самоподготовки к учебной и научной деятельности, осуществлять выбор рациональных форм, методов и средств организации самообразования.
--	---	--	---

3.2. Критерии оценки результатов обучения по дисциплине

Шкала оценивания	Индикаторы достижения	Показатели оценивания результатов обучения
ОТЛИЧНО/ЗАЧТЕНО	Знает:	- студент глубоко и всесторонне усвоил материал, уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы, - на основе системных научных знаний делает квалифицированные выводы и обобщения, свободно оперирует категориями и понятиями.
	Умеет:	- студент умеет самостоятельно и правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, используя научные понятия, ссылаясь на нормативную базу.
	Владеет:	- студент владеет рациональными методами (с использованием рациональных методик) решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении продемонстрировал навыки - выделения главного, - связкой теоретических положений с требованиями руководящих документов, - изложения мыслей в логической последовательности,

		- самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
ХОРОШО/ЗАЧТЕНО	Знает:	- студент твердо усвоил материал, достаточно грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы, - затрудняется в формулировании квалифицированных выводов и обобщений, оперирует категориями и понятиями, но не всегда правильно их верифицирует.
	Умеет:	- студент умеет самостоятельно и в основном правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, не в полной мере используя научные понятия и ссылки на нормативную базу.
	Владеет:	- студент в целом владеет рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении смог продемонстрировать достаточность, но не глубинность навыков - выделения главного, - изложения мыслей в логической последовательности. - связки теоретических положений с требованиями руководящих документов, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО/ЗАЧТЕНО	Знает:	- студент ориентируется в материале, однако затрудняется в его изложении; - показывает недостаточность знаний основной и дополнительной литературы; - слабо аргументирует научные положения; - практически не способен сформулировать выводы и обобщения; - частично владеет системой понятий.
	Умеет:	- студент в основном умеет решить учебно-профессиональную задачу или задание, но допускает ошибки, слабо аргументирует свое решение, недостаточно использует научные понятия и руководящие документы.
	Владеет:	- студент владеет некоторыми рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении продемонстрировал недостаточность навыков - выделения главного, - изложения мыслей в логической последовательности. - связки теоретических положений с требованиями руководящих документов, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
Компетенция не достигнута		

НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО/ НЕ ЗАЧТЕНО	Знает:	- студент не усвоил значительной части материала; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует квалифицированных выводов и обобщений; - не владеет системой понятий.
	Умеет:	студент не показал умение решать учебно-профессиональную задачу или задание.
	Владеет:	не выполнены требования, предъявляемые к навыкам, оцениваемым “удовлетворительно”.

4. Типовые контрольные задания и/или иные материалы для проведения промежуточной аттестации, необходимые для оценки достижения компетенции, соотнесенной с результатами обучения по дисциплине.

Типовые вопросы

1. Цель, задачи, мотивы самообразования. Значение самообразования в профессиональном становлении личности
2. Самообразование как технологический процесс.
3. Эффективные методы постановки и достижения целей. Определить свою истинную профессию.
4. Составление плана самообразования. Специфика управления временем.
5. Технологии раскрытия собственного потенциала.
6. Правила и методы структурирования информации.
7. Формируем собственную самооценку. Техники поднятия самооценки и обретения гармонии.
8. Невербальное общение. Читаем мысли людей по их жестам.
9. Самопрезентация: лестница успеха.

Типовые проблемно-аналитические задания

1. Проблемно-аналитическое задание:

1. Предназначение – это направление, путь, по которому вам предстоит двигаться о жизни. Это цель и образ жизни.

Призвание – склонность к тому или иному делу, профессии.

Если ваше предназначение и призвание сливаются в единое целое - ваша жизнь обретает смысл, появляется вдохновение, идеи и внутренний огонь.

Определите, как Вы понимаете Ваше предназначение и призвание?

2. Ценности человека – это его главные цели, представления о собственной миссии, основные принципы, то, о чем больше всего он заботится. Когда в основании нашей жизни лежат наши личные ценности, мы живем в согласии с собой.

Опишите Ваши ценности. На что опираются Ваши жизненные цели?

3. «Колесо жизненного баланса»

Гармоничное сочетание всех сфер жизни – вот секрет счастья и жизненного успеха.

Проанализируйте, насколько равномерно гармонично развиваются сферы Вашей жизни. Оцените уровень удовлетворенности восьми секторов Вашего Колеса Жизни, представляющих собой, жизненный баланс: Карьера, Финансы, Здоровье, Друзья, Семья, Рост, Отдых, Условия жизни.

Практическое задание:

1. Составить индивидуальную программу самообразования и саморазвития (с выходом на предполагаемый результат – каким вы себя видите через 5, 10 лет. Какими знаниями – умениями вы хотели бы обладать).

2. Подготовить обзор интересной книги по саморазвитию или самообразованию (по специальности) – содержание, что она даёт. Почему Вы хотите её посоветовать к прочтению своим одноклассникам?

**Тестирование
УК 6
СЕМЕСТР 1**

3. Задание на соответствие. Проведите соответствие, продолжив фразы

1	Продолжите фразу одного мудреца: «Не тот умен, кто все знает — все знать невозможно, — а тот, кто знает, где и о чем можно...».	А	формами мышления
2	Продолжите предложение: “Бихевиоризм поставил предметом изучения психологию....”	Б	прочитать
3	Продолжите предложение: “Понятие, суждение и умозаключение являются основными ...”	В	социализации
4	Продолжите предложение: “Человек становится личностью в процессе...”	Г	поведения

Заполните соответствующие буквы под цифрами:

1	2	3	4

Ответ: 1Б, 2Г, 3А, 4В

4. В высказывании: “Чтобы жить, чтобы не умереть с голоду, чтобы не погибнуть в общем водовороте, чтобы приспособиться к этой сутолоке, идущей всюду вокруг, нужно не только знать какое-либо ремесло или художество (т. е. иметь образование специальное), но еще нужно иметь образование общее, нужно уметь разобраться во всем, что совершается вокруг, а для этого нужно, если можно так выразиться, умение мыслить и понимать, нужна известная широта кругозора, известная высота

развития», — речь идет о значении в современном мире....». Напишите слово в соответствующем падеже.

Ответ: самообразования

5. Вставьте пропущенное слово в предложение: “Самообразование — это ... овладение знаниями, умениями и навыками”.

Ответ: самостоятельное

6. Укажите термин следующего определения: “Целенаправленный процесс воспитания и обучения”

Ответ: образование

7. В каком возрастном периоде жизни личностное общение становится ведущей деятельностью? Напишите ответ в соответствующем падеже с предлогом “В”.

Ответ: В младшем подростковом

Возможный вариант ответа: в младшем подростковом периоде

8. Укажите название составляющей самосознания, в которую входит знание личности о себе. Напишите ответ в именительном падеже.

Ответ: Когнитивная

9. К какому принципу относится правило от легкого к трудному? Напишите ответ в соответствующем падеже.

Верный ответ: доступности

Возможный вариант: принципу доступности

10. Как называется внутреннее побуждение личности к тому или иному виду деятельности? Напишите ответ в именительном падеже.

Ответ: Мотив

11. Задание на соответствие

Соотнесите определение темперамента и его вид.

1	Весёлый, жизнерадостный человек, приятный в общении, благожелательный и нежный к окружающим, но не отличающийся постоянством привычек и глубиной ума	А	Флегматик
2	Человек, отличается повышенной возбудимостью, неуравновешенностью поведения, вспыльчив, агрессивен, прямолинеен в высказываниях и отношениях, энергичен и активен в деятельности	Б	Сангвиник
3	Человек отличается высокой эмоциональной чувствительностью и повышенной ранимостью, замкнут в себе, особенно если встречаются с новыми людьми, нерешителен в трудных жизненных ситуациях	В	Холерик

4	Человек отличается низким уровнем психической активности, медлительностью, устойчивостью, слабой внешней выраженностью эмоциональных состояний, трудной переключаемостью.	Г	Меланхолик
---	---	---	-------------------

Заполните соответствующие буквы под цифрами:

1	2	3	4

Ответ: 1Б, 2В, 3Г, 4А

12. Что относится к психическим эмоциональным (психо-эмоциональным) процессам? Выберите несколько правильных ответов.

Ответ:

А) чувства, эмоции

Б) мотивация к творчеству

В) талант, одаренность

Г) аффекты, настроения, страсть

Ответ: А) чувства, эмоции; Г) аффекты, настроения, страсть

13. Субъективно или объективно чувственное познание?

Ответ: Субъективно

14. Задание на соответствие. Проведите соответствие, ответив на вопросы.

1	Какой термин подходит под определение: «закономерное соотношение устойчивых индивидуальных особенностей личности, характеризующих различные стороны динамики психической деятельности и поведения»?	А	Характер
2	Какой термин подходит под определение «Устойчивые черты личности, что определяют отношение человека к людям, к самому себе, к выполняемой работе»? Напишите ответ в именительном падеже.	Б	Личность
3	Как определяется совокупность характеристик человека, определяющих его поведение и место в обществе, в социальных отношениях, в общении и деятельности?	В	Темперамент

Заполните соответствующие буквы под цифрами:

1	2	3

Ответ: 1В, 2А, 3Б

15. Задание на соответствие. Проведите соответствие, ответив на вопросы.

1	Какой термин подходит под определение: “Врожденные анатомо-физиологические особенности организма, которые облегчают развитие способностей? “	А	Гениальность
2	Как называется сочетание психологических особенностей человека, составляющих его своеобразие, отличие от других людей?	Б	Задатки
3	Какой термин подходит под определение: «Высшая степень одаренности, творческих проявлений человека, выражающаяся в продукте, имеющем историческое значение для жизни общества, науки, культуры»	В	Одаренность
4	Какой термин подходит под определение: «Сочетание ряда способностей, обеспечивающее успешность (уровень и своеобразие) выполнения определенной деятельности»?	Г	Индивидуальность

Заполните соответствующие буквы под цифрами:

1	2	3	4

Ответ: 1Б, 2Г, 3А, 4В

16. Задание на соответствие. Проведите соответствие, ответив на вопросы.

1	Как называется деятельность, порождающая нечто качественно новое и отличающаяся неповторимостью, оригинальностью и общественно-исторической уникальностью?	А	Общение
2	Как называется осознанный образ предвосхищенного результата, на достижение которого направлено действие человека?	Б	Творчество

3	Как называется сложный процесс взаимодействия между людьми, заключающийся в обмене информацией, а также в восприятии и понимании партнерами друг друга?	В	Социальный опыт
4	Как называется опыт, полученный в результате взаимодействия в социуме?	Г	Цель

Заполните соответствующие буквы под цифрами:

1	2	3	4

Ответ: 1Б, 2Г, 3А, 4В

17. Как называется многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями современной деятельности? Напишите в именительном падеже.

Ответ:

Общение

18. К каким свойствам личности относят темперамент, характер и способности? Напишите ответ словосочетанием в соответствующем падеже с предлогом "к"

Ответ: к психическим свойствам личности

Возможный вариант ответа: к психическим

Возможный вариант ответа: к психическим свойствам

19. Какие способности свидетельствуют о склонности к абстрактным рассуждениям, логическим умозаключениям?

Ответ:

Теоретические

20. Укажите фамилию автора, разработавшего иерархическую теорию потребностей.

Ответ:

Маслоу

21. Задание на соответствие. Проведите соответствие, ответив на вопросы.

1	Укажите название способности постоянно и длительно преследовать цель, не снижая энергии в борьбе с трудностями.	А	Целеустремленность
2	Укажите название сознательной и активной направленности личности на предполагаемый результат деятельности.	Б	Целеполагание
3	Как называется установление главных целей и задач обучения на его определенных этапах?	В	Настойчивость

Заполните соответствующие буквы под цифрами:

1	2	3

Ответ: 1В, 2А, 3Б

22. Как условно называют теорию мотивации Виктора Врума? Напишите ответ в именительном падеже.

Ответ: Теория ожиданий

Возможный вариант ответа: теория ожидания

23. К какой группе теорий мотивации относится теория Виктора Врума? Напишите ответ в соответствующем падеже с предлогом "К".

Ответ: К процессуальной

24. Как называется информация, достаточная для решения поставленной задачи? Напишите ответ в именительном падеже.

Ответ: Полная

25. Укажите название причины поведения в примере: "человек проявляет хроническую нерешительность, боязнь допустить ошибку на виду у людей и страстное желание угодить и нежелание расстроить каждого, кто его о чем-либо попросит."

Ответ: Заниженная самооценка

26. Каковы самые частые причины завышенной самооценки? Выберите несколько правильных ответов

А) переоценка достижений, избегание негатива

Б) культ культуры успеха, стремление к идеалам

В) хроническая нерешительность, страстное желание угодить

Г) характер

Ответ:

А) переоценка достижений, избегание негатива

Б) культ культуры успеха, стремление к идеалам

27. Как называется подход, при котором человек действует вопреки внешним обстоятельствам, активно влияет на свою жизнь? Напишите ответ в именительном падеже.

Ответ: Проактивный

28. Какая из теорий мотивации включает в себя следующие переменные: усилие, восприятие, результаты, вознаграждение, степень удовлетворения?

Ответ: Теория ожиданий

Возможный вариант ответа: теория ожидания

29. Какому термину соответствует данное определение: Процесс самостоятельного получения знаний и формирования умений и навыков.” Напишите ответ в именительном падеже.

Ответ: Самообразование

30. Главной чертой человека как субъекта, отличающей его от остальных живых существ, является _____ - высшая форма психического развития, присущая только человеку. Вставьте пропущенное слово в соответствующем падеже.

Ответ: сознание

31. Под _____ понимается готовность личности мобилизовать собственные ресурсы (организованные в систему знаний, умений, способностей и личностных качеств), которые необходимы для эффективного решения профессиональных задач в типичных и нестандартных ситуациях. Вставьте пропущенное словосочетание в соответствующем падеже.

Ответ: профессиональной компетентностью

32. Как называется частный вид мотивации, включенный в учебную деятельность?

Ответ: Учебная мотивация

Вопрос 31. Сочетание психологических особенностей человека, составляющих его своеобразие, отличие от других людей, называют индивидуальностью или уникальностью ...?

Ответ. Индивидуальностью

Вопрос 32. Человек становится личностью в процессе социализации или обучения ...?

Ответ. социализации

Вопрос 33. Устойчивые черты личности, что определяют отношение человека к людям, к самому себе, к выполняемой работе это характер или темперамент

Ответ. Характер

Вопрос 34. На что влияют общие способности?

Ответ. на успешность выполнения различных видов деятельности

Вопрос 35. Способности, свидетельствующие о склонности к абстрактным рассуждениям, логическим умозаключениям — это теоретические способности или творческие способности ...?

Ответ. Теоретические способности

Вопрос 36. Сочетание ряда способностей, обеспечивающее успешность выполнения определенной деятельности, называется одаренность или везение ...?

Ответ. одаренность

Вопрос 37. Кто разработал иерархическую теорию потребностей?

Ответ. А. Маслоу

Вопрос 38. Способность постоянно и длительно преследовать цель, не снижая энергии в

борьбе с трудностями, это...?

Ответ. Настойчивость

Вопрос 39. Направленность — это установки, ставшие свойствами личности. В каких формах проявляются?

Ответ. влечение, желание, стремление, интерес, склонность, идеал, мировоззрение, убеждение.

Вопрос 40. Как условно называют теорию мотивации Виктора Врума?

Ответ. Теория ожиданий+

Вопрос 41. Кто из ученых Ф. Герцберг или А. Маслоу при классификации мотивов выделил в отдельную группу гигиенические мотивы?

Ответ. Ф. Герцберг

Вопрос 42. В какой иерархической последовательности А. Маслоу расположил потребности?

Ответ. Физиологические, потребности в безопасности, социальные, уважения, самосовершенствования

Вопрос 43. Степенью актуальности той или иной потребности для человека определяется сила мотива или сила обстоятельств?

Ответ. мотива

Вопрос 44. В какой теории «Х» или теории «Y» утверждается, что человек ленив, старается избегать работы и его нужно принуждать к труду?

Ответ. В теории «Х» +

Вопрос 45. Основные компоненты такие как мотивация, учебные задачи в определенных ситуациях в различной форме заданий; учебные действия, контроль, переходящий в самоконтроль, оценка, переходящая в самооценку составляют учебную или творческую деятельность

Ответ. учебную

Вопрос 46. По каким двум критериям Матрица Эйзенхауэра позволяет расставить приоритеты, оценив все задачи?

Ответ. важности и срочности

Вопрос 47. Подход, при котором человек действует вопреки внешним обстоятельствам, активно влияет на свою жизнь, называется реактивным или проактивным ...?

Ответ. Проактивным

Вопрос 48. Подход, при котором человек полностью зависит от внешних обстоятельств, не влияя активно на свою жизнь называется реактивным или проактивным?

Ответ. реактивным

Вопрос 49. Каким SMART-критериям должна соответствовать правильно сформулированная цель?

Ответ. конкретность, измеримость, достижимость, значимость, ограниченность во времени

Вопрос 50. Установление главных целей и задач обучения на его определенных этапах называется называют целеполаганием или траекторией развития ...?

Ответ. целеполаганием

Вопрос 51. Информацию, отражающую истинное положение, называют достоверной или научной?

Ответ. достоверной

Вопрос 52. Изложенную на доступном для получателя языке называют понятной или адекватной?

Ответ. понятной

Вопрос 53. Материальный объект, на котором можно тем или иным способом зафиксировать информацию называют носителем или хранителем информации

Ответ. носителем

Вопрос 54. Информацию, существенную и важную в настоящий момент называют актуальной или полезной?

Ответ. актуальной

Вопрос 55. Информацию, не зависящую от личного мнения или суждения, называют объективной или полезной?

Ответ. Объективной

Вопрос 56. Информацию, с помощью которой можно решить поставленную задачу называют полезной или актуальной?

Ответ. полезной

Вопрос 57. С помощью каких органов чувств человек получает наибольший объем информации?

Ответ. органов зрения

Вопрос 58. На какие виды подразделяется информация по способу ее восприятия?

Ответ. Зрительную, слуховую, тактильную, обонятельную, вкусовую

Вопрос 59. Как называется представление человека о важности своей личности, деятельности среди других людей и оценивание себя и собственных качеств, и чувств, достоинств и недостатков?

Ответ. Самооценка

Вопрос 60. Искаженное представление человека о собственных возможностях, переоценивание собственных сил и значимости - это завышенная или заниженная самооценка?

Ответ. Завышенная самооценка

Вопрос 61. Какой комплекс является самой частой причиной завышенной или заниженной самооценки?

Ответ. Комплекс неполноценности

Вопрос 62. Чрезмерное родительское потакание во всех желаниях и детские психологические травмы и комплексы могут привести к завышенной самооценке?

Ответ. Да, могут

Вопрос 63. Если человек проявляет хроническую нерешительность и боязнь допустить ошибку на виду у людей и страстное желание угодить и нежелание расстроить каждого, кто его о чем-либо попросит, то перед нами человек ссамооценкой?

Ответ. заниженной

Вопрос 64. Человек с заниженной самооценкой может проявлять такие характеристики, как невротическое чувство вины и идеализм, который может привести к досаде, когда идеал не достигнут?

Ответ. Да, может

Вопрос 65. Жесты, мимика, пантомимика – походка, позы, осанка, общая моторика всего тела - это не речевые или вербальные средства общения

Ответ. не речевые

Вопрос 66. Сложный процесс взаимодействия между людьми, заключающийся в обмене информацией, а также в восприятии и понимании партнерами друг друга это общение или деятельность

Ответ. общение

Вопрос 67. Что называется неречевым общением?

Ответ. Общение без помощи речи.

Вопрос 68. Книги, периодическая печать, средства массовой информации, Интернет, исследовательская деятельность, семинары и конференции, обучение на курсах, работа, посещение выставок, музеев, театров, экскурсий, окружающая действительность, хобби это источники самообразования или развлечения

Ответ. самообразования

Вопрос 69. Профессиональный рост, дополнение и углубление профессионального образования, приобретение базового образования, формирование индивидуального стиля профессиональной деятельности это функции самообразования или самопознания

Ответ. самообразования

Вопрос 70. Желание, убеждение, записать цели, польза, анализ исходной позиции, предельный срок, определение препятствий, список необходимого для достижения цели, список необходимых людей, план, визуализация, настойчивость это этапы постановки целей по Брайну Трейси или Абрахаму Малому?

Ответ. Брайну Трейси

Вопрос 71. Из каких уровней состоит «пирамида эффективности» Стивена Кови?

Ответ. Выявление ценностей, постановка целей, планирование недели, планирование дня

Вопрос 72. Сформированность личностных качеств, повышение статуса, эффективность деятельности, творческий рост являются критериями результативности самообразовательной деятельности

Ответ. Являются

Вопрос 73. Алфавитный перечень географических и топографических наименований, которые встречаются в публикации, сопровождаемых пояснениями и ссылочными данными это Географический указатель или *Именной указатель*

Ответ. Географический указатель

Вопрос 74. упорядоченный список терминов, ключевых слов и словосочетаний, содержащихся в документе, с указанием номеров страниц, на которых они встречаются. — это предметный или географический указатель

Ответ. предметный

Вопрос 75. Верно, что именной указатель состоит из алфавитного перечня фамилий, имен, псевдонимов или других наименований лиц, встречающихся в публикации, и ссылочных данных (страниц или номеров документов в публикации).

Ответ. Верно

Вопрос 76. Печатное или электронное издание, в котором публикуются научные статьи и исследования, относящиеся к определенной научной области или дисциплине — это научное издание или справочное издание

Ответ. научное издание

Вопрос 77 Издание, содержащее систематизированные сведения научного или прикладного характера, изложенные в форме, удобной для изучения и преподавания, и рассчитанное на учащихся разного возраста и ступени обучения — это учебное издание или официальное издание

Ответ. Учебное издание

Вопрос 78 Библиографический список (или список использованной литературы) — перечень библиографических описаний источников, использованных при подготовке самостоятельной письменной работы и выстроенных в определенном порядке (алфавите авторов и заглавий, в порядке очередности ссылок на издание и т. д.). — это библиографический список (или список использованной литературы) или библиографический обзор

Ответ. библиографический список (или список использованной литературы)

Вопрос 79. Точное указание на источник информации в документе — это.. .

Ответ. ссылка

Вопрос 80. Верно ли что в т порядке располагаются источники в списке литературы по ГОСТу - сначала приводятся официальные и законодательные документы (в порядке алфавита), затем приводятся отечественные (в порядке алфавита), потом иностранные источники (в порядке латинского алфавита), затем Internet-ресурсы.

Ответ. верно

Вопрос 81. Обзор, очерк, краткое изложение любого текста: урока, лекции, книги. В нём ёмко, в виде тезисов или вопросов, записывают ключевую информацию - это конспект или эссе

Ответ. конспект

Вопрос 82. При разработке презентации используется программа Microsoft Power Point или Microsoft Word

Ответ. Microsoft Power Point

Вопрос 83. Составная часть презентации, содержащая различные объекты, называется слайд или лист

Ответ. слайд

Вопрос 84. Шаблоны в программе Power Point предназначены для вставки электронных таблиц или облегчения операций по оформлению слайдов

Ответ. облегчения операций по оформлению слайдов

Вопрос 85. Выполнение команды *Начать* *показ* *слайдов* презентации программы Power Point осуществляет клавиша F5 или F4

Ответ. F5

Вопрос 86. Какая клавиша прерывает показ слайдов презентации программы Power Point *Del* или *Esc*

Ответ. Esc

Вопрос 87. На слайде презентации может находиться папка или рисунок

Ответ. рисунок

Вопрос 88. Командами какого меню можно воспользоваться для изменения ориентации слайда - дизайн или правка

Ответ. дизайн

Вопрос 89. Чтобы удалить текст, рисунок со слайда, необходимо выделить его и нажать клавишу ESC или выделить его и нажать клавишу DELETE

Ответ. выделить его и нажать клавишу DELETE

Вопрос 90. Показ слайдов под управлением ведущего (докладчика)это непрерывно выполняющиеся презентации или презентации со сценарием

Ответ. презентации со сценарием

Вопрос 91. В презентациях со сценарием могут содержаться «плывущие» по экрану титры, анимированный текст, диаграммы, графики и другие иллюстрации.

Ответ. могут

Вопрос 92. Сообщение — это маленький доклад по какому-либо отдельному, частному вопросу. Могут ли сообщения дополнять чей-либо основной доклад?

Ответ. могут

Вопрос 93. Один из видов монологической речи, публичное, развёрнутое, официальное сообщение по определённом вопросу, основанное на привлечении документальных данных называется доклад или выступление

Ответ. доклад

Вопрос 94. Сочинение рассуждение на заданную тему, изложение своих эмоций и мыслей в тексте — это сочинение или описание

Ответ. сочинение

Вопрос 95. Прозаическое сочинение небольшого объема и свободной композиции, выражающее индивидуальные впечатления и соображения по конкретному поводу или вопросу и заведомо не претендующее на определяющую или исчерпывающую трактовку предмета - это эссе или служебная записка

Ответ. эссе

Вопрос 96. Верно ли утверждение что реферат — это небольшое устное сообщение, изложение в письменной форме какой-либо научной работы, содержания прочитанной

книги и тому подобное;

Ответ. верно

Вопрос 97. Система заданий (вопросов) определенного содержания и специфической формы, позволяющая качественно оценить структуру и эффективно измерить уровень знаний каждого испытуемого — это тесты или контрольная работа

Ответ. тесты

Вопрос 98. Краткое описание содержания и ключевых моментов произведения, которое помогает читателю получить обзор о книге перед ее прочтением — это резюме книги или эссе

Ответ. резюме книги

Вопрос 99. Набор работ, которые представлены развёрнуто: в формате изображений, видео или текста — это портфолио или доклад

Ответ. портфолио

Типовые темы эссе

Эссе-размышление на тему: «Онлайн курс как часть образовательной среды: возможности, сильные и слабые стороны».

1. Какие книги на меня повлияли в процессе личностного развития.
2. Какие книги на меня повлияли в процессе профессионального самосовершенствования
3. Роль самообразования в моей жизни.
4. Кто для меня является примером человека, который путём самообразования сумел «Сделать себя сам» (знакомый, одноклассник или однокурник, книжный персонаж, выдающийся учёный)

Типовые темы вопросов к промежуточной аттестации

1. Цель, задачи, мотивы самообразования. Значение самообразования в профессиональном становлении личности
2. Самообразование как технологический процесс.
3. Самообразование: история, теория и современные проблемы.
4. Специфика студенческого возраста и роль самообразования в жизни студентов.
5. Особенности процесса самообразования. самопознания и самоопределения в студенческом возрасте.
6. Самосознание, самоопределение и самоактуализация личности как основа профессионального развития.
7. Самообразование как условие развития и успешной профессиональной деятельности. Принципы, цели, задачи, виды и функции самообразования.
8. Использование дистанционных образовательных технологий для самообразования.
9. Эффективные методы постановки и достижения целей. Определить свою истинную профессию.
10. Составление плана самообразования.
11. Специфика управления временем и личностными ресурсами.
12. Технологии раскрытия собственного потенциала.
13. Правила и методы структурирования информации.
14. Формируем собственную самооценку.
15. Техники поднятия самооценки и обретения гармонии.
16. Невербальное общение. Читаем мысли людей по их жестам.
17. Самопрезентация: лестница успеха.

18. Имидж современного специалиста и пути его формирования.

5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания индикаторов достижения компетенций

Специфика формирования компетенций и их измерение определяется структурированием информации о состоянии уровня подготовки обучающихся.

Алгоритмы отбора и конструирования заданий для оценки достижений в предметной области, техника конструирования заданий, способы организации и проведения стандартизированных оценочных процедур, методика шкалирования и методы обработки и интерпретации результатов оценивания позволяют обучающимся освоить компетентностно-ориентированные программы дисциплин.

Формирование компетенций осуществляется в ходе всех видов занятий, практики, а контроль их сформированности на этапе текущей, промежуточной и итоговой аттестации.

Оценивание знаний, умений и навыков по учебной дисциплине осуществляется посредством использования следующих видов оценочных средств:

- опросы: устный, письменный;
- задания для практических занятий;
- ситуационные задания;
- контрольные работы;
- коллоквиумы;
- написание реферата;
- написание эссе;
- решение тестовых заданий;
- экзамен.

Опросы по вынесенным на обсуждение темам

Устные опросы проводятся во время практических занятий и возможны при проведении аттестации в качестве дополнительного испытания при недостаточности результатов тестирования и решения заданий. Вопросы опроса не должны выходить за рамки объявленной для данного занятия темы. Устные опросы необходимо строить так, чтобы вовлечь в тему обсуждения максимальное количество обучающихся в группе, проводить параллели с уже пройденным учебным материалом данной дисциплины и смежными курсами, находить удачные примеры из современной действительности, что увеличивает эффективность усвоения материала на ассоциациях.

Основные вопросы для устного опроса доводятся до сведения студентов на предыдущем практическом занятии.

Письменные опросы позволяют проверить уровень подготовки к практическому занятию всех обучающихся в группе, при этом оставляя достаточно учебного времени для иных форм педагогической деятельности в рамках данного занятия. Письменный опрос проводится без предупреждения, что стимулирует обучающихся к систематической подготовке к занятиям. Вопросы для опроса готовятся заранее, формулируются узко, дабы обучающийся имел объективную возможность полноценно его осветить за отведенное время.

Письменные опросы целесообразно применять в целях проверки усвояемости значительного объема учебного материала, например, во время проведения аттестации, когда необходимо проверить знания обучающихся по всему курсу.

При оценке опросов анализу подлежит точность формулировок, связность изложения материала, обоснованность суждений.

Решение заданий (кейс-методы)

Решение кейс-методов осуществляется с целью проверки уровня навыков (владений) обучающегося по применению содержания основных понятий и терминов дисциплины вообще и каждой её темы в частности.

Обучающемуся объявляется условие задания, решение которого он излагает либо устно, либо письменно.

Эффективным интерактивным способом решения задания является сопоставления результатов разрешения одного задания двумя и более малыми группами обучающихся.

Задачи, требующие изучения значительного объема, необходимо относить на самостоятельную работу студентов, с непременно разбором результатов во время практических занятий. В данном случае решение ситуационных задач с глубоким обоснованием должно представляться на проверку в письменном виде.

При оценке решения заданий анализируется понимание обучающимся конкретной ситуации, правильность её понимания в соответствии с изучаемым материалом, способность обоснования выбранной точки зрения, глубина проработки рассматриваемого вопроса, умением выявить основные положения затронутого вопроса.

Решение заданий в тестовой форме

Проводится тестирование в течение изучения дисциплины

Не менее чем за 1 неделю до тестирования, преподаватель должен определить обучающимся исходные данные для подготовки к тестированию: назвать разделы (темы, вопросы), по которым будут задания в тестовой форме, теоретические источники (с точным указанием разделов, тем, статей) для подготовки.

При прохождении тестирования пользоваться конспектами лекций, учебниками, и иными материалами не разрешено.