

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 21.06.2025 16:38:26  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ  
АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
«Самоорганизация и саморазвитие»**

|                             |                                                            |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------|
| Код, направление подготовки | 44.04.01 Педагогическое образование                        |
| Направленность (профиль)    | Технологии и практики современного образования             |
| Форма обучения              | очная                                                      |
| Кафедра-разработчик         | психологии                                                 |
| Выпускающая кафедра         | педагогики профессионального и дополнительного образования |

## Задания для контрольной работы

**1. Провести SWOT-анализ** – анализ сильных и слабых сторон, угроз и возможностей в отношении реализации индивидуальной системы ценностей. Эта техника помогает выявить «узкие» места, ограничения и препятствия, а также позволяет увидеть в слабых сторонах определенные преимущества, а потенциальные угрозы перевести в возможности.

| <i>SWOT-анализ</i>                                  |                        |                       |                    |               |
|-----------------------------------------------------|------------------------|-----------------------|--------------------|---------------|
| <b>«Срез» способностей</b>                          | <b>Сильные стороны</b> | <b>Слабые стороны</b> | <b>Возможности</b> | <b>Угрозы</b> |
| <i>Профессиональные знания и опыт</i>               | 1.                     | 1.                    | 1.                 | 1.            |
|                                                     | 2.                     | 2.                    | 2.                 | 2.            |
|                                                     | 3.                     | 3.                    | 3.                 | 3.            |
| <i>Способности руководителя</i>                     | 1.                     | 1.                    | 1.                 | 1.            |
|                                                     | 2.                     | 2.                    | 2.                 | 2.            |
|                                                     | 3.                     | 3.                    | 3.                 | 3.            |
| <i>Коммуникативные способности</i>                  | 1.                     | 1.                    | 1.                 | 1.            |
|                                                     | 2.                     | 2.                    | 2.                 | 2.            |
|                                                     | 3.                     | 3.                    | 3.                 | 3.            |
| <i>Личные способности</i>                           | 1.                     | 1.                    | 1.                 | 1.            |
|                                                     | 2.                     | 2.                    | 2.                 | 2.            |
|                                                     | 3.                     | 3.                    | 3.                 | 3.            |
| <i>Интеллектуальные способности, рабочие приемы</i> | 1.                     | 1.                    | 1.                 | 1.            |
|                                                     | 2.                     | 2.                    | 2.                 | 2.            |
|                                                     | 3.                     | 3.                    | 3.                 | 3.            |
| <i>Прочее</i>                                       |                        |                       |                    |               |

**2. Составление модели компетенций, и оценка степени выраженности данных компетенций.** Компетенции должны соответствовать выбранным ценностям, их должно быть в диапазоне от 7 до 12. Степень выраженности каждой компетенции можно оценить по 5-ти балльной шкале, где:

**1 балл** – компетенция не выражена,

**2 балла** – компетенция выражена слабо,

**3 балла** – компетенция выражена на среднем уровне,

**4 балла** – компетенция выражена на высоком уровне,

**5 баллов** – компетенция выражена на исключительно высоком уровне.

Эту оценку можно провести как самому, так и попросить выступить в роли эксперта референтных лиц, то есть людей, мнению которым вы доверяете, которые вас достаточно хорошо знают и могут объективно оценить.

**1 блок компетенций – ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ:**

1.1. Системность мышления (способность видеть ситуацию в целом, выделять причины и следствия, различать главное и второстепенное).

1.2. Гибкость мышления (способность находить оригинальные и нестандартные решения, способность отойти от жесткой однозначной схемы).

**2 блок – ОРГАНИЗАЦИОННО-ДЕЛОВОЙ:**

2.1. Руководство группой (умение воодушевить и повести за собой группу, способность правильно распределить полномочия внутри группы).

2.2. Умение работать на конкретный результат (способность в ситуации дефицита времени и ресурсов добиваться реализации поставленных целей).

**3 блок – КОММУНИКАТИВНЫЙ:**

3.1. Презентационные навыки (умение точно донести свою мысль до аудитории и правильно выстроить выступление).

3.2. Переговорные навыки (умение применять различные тактики и стратегии деловой коммуникации для достижения цели переговоров).

4 блок – ЛИЧНОСТНЫЙ:

4.1. Мотивация достижения (стремление делать больше, чем положено, энтузиазм и подлинный интерес к выполняемой деятельности, готовность к оправданному риску).

4.2. Готовность к изменениям (осознание собственных ошибок и желание корректировать собственное поведение, готовность осваивать новые формы и способы деятельности).

Помимо рассмотренных компетенций в рамках выбранной системы ценностей для самоанализа можно использовать такие компетенции как: умение планировать и проектировать, толерантность, стрессоустойчивость, динамичность мышления и любые другие, которые необходимы вам для достижения ваших целей.

### **3. Современные технологии достижения карьерного успеха (ценностно-смысловой подход)**

Создание и защита дорожной карты построения карьерного роста на основе ценностно-смыслового подхода

#### **Вопросы к зачету**

1. Сущность процесса самоорганизации.
2. Уровни самоорганизации личности.
3. Самосознание как основа самоорганизации.
4. Психологическая саморегуляция деятельности и ее роль в самоорганизации личности.
5. Сущность саморазвития и его основные характеристики.
6. Развитие и саморазвитие личности.
7. Виды жизненных событий, их содержание и влияние на личность.
8. Основные направления саморазвития.
9. Представление о направленности личности.
10. Характеристика личностных смыслов и ценностей
11. Целеполагание в карьере и карьерное планирование.
12. Модели и стратегии карьерного планирования.
13. Самоэффективность как фактор карьерного роста.
14. Характеристика мотивационной сферы личности.
15. Особенности профессиональной мотивации.
16. Эволюция представлений о карьере.
17. Типология карьеры.
18. Современные технологии достижения карьерного успеха (ценностно-смысловой подход)