

**Компонент ОПОП 44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
направленность (профиль) Практическая психология в образовании**

**Б1.В.07**  
шифр дисциплины

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**Дисциплины  
(модуля)**

**Практики развития личностного потенциала  
в образовании**

---

Разработчик (и):  
Тучкова Т.В.  
канд. филос. наук,  
доцент

Утверждено на заседании кафедры  
психологии и коррекционной педагогики  
протокол № 7 от 05.02.2026 г.

Заведующий кафедрой ПиКП  
Афонькина Ю.А.

---

подпись

**1. Критерии и средства оценивания компетенций и индикаторов их достижения, формируемых дисциплиной (модулем)**

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)			Оценочные средства текущего контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации
		<i>Знать</i>	<i>Уметь</i>	<i>Владеть</i>		
УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.	ИД-1УК-5 Понимает, анализирует и толерантно воспринимает межкультурное разнообразие общества ИД-2УК-5 Конструктивно взаимодействует с людьми с учетом их культурных, этнических, конфессиональных особенностей в целях успешного выполнения социальных и профессиональных задач ИД-3УК-5 Ориентируется в различных ситуациях межкультурного взаимодействия	специфику разнообразия культур в процессе межкультурного взаимодействия.	анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.	навыками конструктивного взаимодействия с людьми с учетом их культурных, этнических в целях успешного выполнения социальных и профессиональных задач.	Работа на практических занятиях Подготовка доклада Контрольная работа Бланочное тестирование	Зачет
УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.	ИД-1УК-6 Устанавливает цели и приоритеты собственной деятельности при планировании и реализации траектории профессионального развития. ИД-2УК-6 Определяет образовательные потребности и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки.	цели и приоритеты собственной деятельности при планировании и реализации траектории профессионального развития.	определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.	навыками реализации приоритетов собственной деятельности и ее совершенствования на основе самооценки.		

## 2. Оценка уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)

Показатели оценивания компетенций (индикаторов их достижения)	Шкала и критерии оценки уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)			
	Ниже порогового («неудовлетворительно»)	Пороговый («удовлетворительно»)	Продвинутый («хорошо»)	Высокий («отлично»)
<b>Полнота знаний</b>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущены не грубые ошибки.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки. Допущены некоторые погрешности.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки.
<b>Наличие умений</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продемонстрированы основные умения. Выполнены типовые задания с не грубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме (отсутствуют пояснения, неполные выводы)	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные задания с некоторыми погрешностями. Выполнены все задания в полном объёме, но некоторые с недочетами.	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Задания выполнены в полном объеме без недочетов.
<b>Наличие навыков (владение опытом)</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для выполнения стандартных заданий с некоторыми недочетами.	Продемонстрированы базовые навыки при выполнении стандартных заданий с некоторыми недочетами.	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач.
<b>Характеристика сформированности компетенции</b>	Зачетное количество баллов не набрано согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону

### 3. Критерии и шкала оценивания заданий текущего контроля

#### 3.1 Критерии и шкала оценивания практических работ

Перечень практических работ, описание порядка выполнения и защиты работы, требования к результатам работы, структуре и содержанию отчета и т.п. представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

Оценка/баллы	Критерии оценивания
<i>Отлично</i>	Задание выполнено полностью и правильно. Отчет по лабораторной/практической работе подготовлен качественно в соответствии с требованиями. Полнота ответов на вопросы преподавателя при защите работы.
<i>Хорошо</i>	Задание выполнено полностью, но нет достаточного обоснования или при верном решении допущена незначительная ошибка, не влияющая на правильную последовательность рассуждений. Все требования, предъявляемые к работе, выполнены.
<i>Удовлетворительно</i>	Задания выполнены частично с ошибками. Демонстрирует средний уровень выполнения задания на лабораторную/практическую работу. Большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены.
<i>Неудовлетворительно</i>	Задание не выполнено.

3.2 Формы *текущего контроля*, указанные в технологической карте по дисциплине (модулю).

В ФОС включены **примерные темы контрольных работ**.

1. Понятие личностного потенциала в современной психологии: подходы и определения.
2. Структура личностного потенциала: компоненты и взаимосвязи.
3. Теории самоактуализации (А. Маслоу, К. Роджерс) и их значение для практики развития личностного потенциала.
4. Концепция личностного потенциала Д. А. Леонтьева: анализ и практическое применение.
5. Жизнестойкость как компонент личностного потенциала: теория и практика развития.
6. Эмоциональный интеллект и его роль в развитии личностного потенциала.
7. Самоэффективность и её влияние на реализацию личностного потенциала.
8. Мотивационные ресурсы личности: механизмы формирования и развития.
9. Когнитивные ресурсы личностного потенциала и способы их активизации.
10. Психологические ресурсы устойчивости и саморегуляции: диагностика и развитие.
11. Методы диагностики уровня развития личностного потенциала личности.
12. Техники развития осознанности как основы личностного роста.
13. Тренинг личностного потенциала: структура, содержание и оценка эффективности.
14. Развитие навыков целеполагания: методики и практические упражнения.
15. Техники саморегуляции эмоционального состояния в контексте развития личностного потенциала.
16. Развитие креативности как элемента личностного потенциала: практические подходы.
17. Формирование навыков принятия решений: психологические техники и упражнения.
18. Развитие коммуникативного потенциала личности: методы и практики.
19. Работа с ограничивающими убеждениями: стратегии трансформации.

20. Развитие навыков тайм-менеджмента как элемента управления личностным потенциалом.
21. Развитие личностного потенциала у детей дошкольного возраста: методы и приёмы.
22. Формирование личностного потенциала у школьников: психолого-педагогические подходы.
23. Развитие личностного потенциала у студентов: специфика и эффективные практики.
24. Личностный потенциал в зрелом возрасте: возможности и ограничения развития.
25. Развитие личностного потенциала у пожилых людей: ресурсы и стратегии.
26. Гендерные особенности развития личностного потенциала.
27. Культурные различия в понимании и развитии личностного потенциала.
28. Влияние семейного воспитания на формирование личностного потенциала ребёнка.
29. Роль образовательной среды в развитии личностного потенциала учащихся.
30. Личностный потенциал и профессиональное самоопределение: взаимосвязь и влияние.

<b>Оценка/баллы</b>	<b>Критерии оценки</b>
<b><i>Отлично</i></b>	Выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована ее актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объем, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.
<b><i>Хорошо</i></b>	Основные требования к реферату и его защите - выполнены, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.
<b><i>Удовлетворительно</i></b>	Имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.
<b><i>Неудовлетворительно</i></b>	Тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

#### Критерии и шкала оценивания доклада /информационного сообщения

Тематика докладов, информационных сообщений по дисциплине (модулю), требования к структуре, содержанию и оформлению изложены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля), представлены в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

В ФОС включены примерные темы докладов/информационных сообщений:

1. Развитие жизнестойкости как способа укрепления личностного потенциала.
2. Работа с прокрастинацией: психологические стратегии развития самоконтроля.
3. Преодоление синдрома самозванца: техники укрепления личностного потенциала.
4. Личностный потенциал как ресурс преодоления профессионального выгорания.
5. Развитие устойчивости к стрессу через актуализацию внутренних ресурсов личности.
6. Работа с травмой: восстановление личностного потенциала после кризисных ситуаций.
7. Стратегии преодоления страха неудачи в контексте развития личностного

- потенциала.
8. Цифровые инструменты для развития личностного потенциала: возможности и ограничения.
  9. Геймификация в развитии личностного потенциала: эффективность и применение.
  10. Коучинг как метод раскрытия личностного потенциала.
  11. Арт-терапевтические методы в развитии личностного потенциала.
  12. Телесно-ориентированные практики и их роль в развитии личностного потенциала.
  13. Медитативные практики как средство развития осознанности и личностного потенциала.
  14. Нейролингвистическое программирование (НЛП) и его вклад в развитие личностного потенциала (критический анализ).
  15. Развитие лидерского потенциала: психологические подходы и практики.
  16. Личностный потенциал в профессиональной деятельности: специфика для разных профессий.
  17. Развитие творческого потенциала личности: методики и упражнения.
  18. Личностный потенциал предпринимателя: ключевые характеристики и способы развития.
  19. Развитие командного потенциала: психологические стратегии и инструменты.
  20. Преодоление кризисов развития через актуализацию личностного потенциала.

Оценка/баллы	Критерии оценки
<i>Отлично</i>	Ориентированность в материале, полные и аргументированные ответы на дополнительные вопросы. Материал изложен логически последовательно, присутствуют самостоятельные выводы, используется материал из дополнительных источников, интернет ресурсов. Сообщение носит исследовательский характер. Используется наглядный материал (презентация).
<i>Хорошо</i>	Ориентированность в материале, но присутствуют некоторые затруднения в ответах на дополнительные вопросы. Отсутствует исследовательский компонент в сообщении. Отсутствует наглядный материал (презентация).
<i>Удовлетворительно</i>	Трудности в подборе материала, его структурировании. Использована, в основном, учебная литература, не использованы дополнительные источники информации. Трудности в ответе на дополнительные вопросы по теме сообщения, формулировке выводов. Материал изложен не последовательно, не установлены логические связи.
<i>Неудовлетворительно</i>	Доклад, информационное сообщение подготовлено по одному источнику информации либо не соответствует теме.

#### Критерии и шкала оценивания мультимедийной презентации

Требования к структуре, содержанию и оформлению представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

Оценка/баллы	Критерии оценки
<i>Отлично</i>	Презентация соответствует теме самостоятельной работы. Оформлен титульный слайд с заголовком. Сформулированная тема ясно изложена и структурирована, использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме, выдержан стиль, цветовая гамма, использована анимация, звук. Логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём,

	соблюдены требования к внешнему оформлению. Работа оформлена и предоставлена в установленный срок.
<i>Хорошо</i>	Презентация соответствует теме самостоятельной работы. Имеются неточности в изложении материала. Отсутствует логическая последовательность в суждениях. Не выдержан объем презентации, имеются упущения в оформлении. На дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы. Работа оформлена и предоставлена в установленный срок.
<i>Удовлетворительно</i>	Презентация соответствует теме самостоятельной работы. Сформулированная тема изложена и структурирована не в полном объеме. Не использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме. Присутствуют существенные отступления от требований к составлению презентации. Допущены фактические ошибки в содержании или при ответе на дополнительные вопросы.
<i>Неудовлетворительно</i>	Работа не выполнена или не соответствует теме самостоятельной работы.

#### Критерии и шкала оценивания посещаемости занятий

Посещение занятий обучающимися определяется в процентном соотношении

Баллы	Критерии оценки
10	посещаемость 75 - 100 %
5	посещаемость 50 - 74 %
0	посещаемость менее 50 %

#### **4. Критерии и шкала оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) при проведении промежуточной аттестации**

##### Критерии и шкала оценивания результатов освоения дисциплины (модуля) с зачетом

##### **Вопросы к зачету:**

1. Проблема развития личности в отечественной психологии.
2. Феномен саморегуляции личности: понятие, уровни, компоненты, механизмы, этапы, трудности.
3. Подходы к изучению мотивации: обзор зарубежных и отечественных теорий.
4. Особенности эмоциональных процессов: влияние на саморегуляцию, мотивацию, взаимодействие человека с окружающим миром, его реакции и поведение.
5. Смысловые образования и их роль в развитии личности.
6. Понятие, структура, функции личностного потенциала.
7. Концепция личностного потенциала Д. А. Леонтьева и позитивная психология
8. Школа возможностей и педагогика достоинства А. Г. Асмоловаэ
9. Теория самодетерминации Э. Диси и Р. Райана, теория мотивации Т. Гордеевой.
10. Методология диагностики и проектирования личностно-развивающей образовательной среды В. А. Ясвина.
11. Методология стратегического проектирования в образовательной организации А. М. Моисеева.
12. Методология развития универсальных компетентностей «4К» (критическое и креативное мышление, коммуникация и кооперация) и формирования профессиональных обучающихся сообществ педагогов (адаптация М. Пинской).
13. Современные концепции управления человеческими ресурсами. Методы управления человеческими ресурсами.

14. Самоменеджмент как технология человеческого капитала: понятие, система, основные элементы самоменеджмента; практические приемы самоменеджмента.
15. Характеристика программы по развитию личностного потенциала «Вклад в будущее».

Если обучающийся набрал зачетное количество баллов согласно установленному диапазону по дисциплине (модулю), то он считается аттестованным.

Оценка	Баллы	Критерии оценивания
<i>Зачтено</i>	60 - 100	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону
<i>Незачтено</i>	менее 60	Зачетное количество согласно установленному диапазону баллов не набрано

### **5. Задания диагностической работы для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю) в рамках внутренней и внешней независимой оценки качества образования**

ФОС содержит задания для оценивания знаний, умений и навыков, демонстрирующих уровень сформированности компетенций и индикаторов их достижения в процессе освоения дисциплины (модуля).

Комплект заданий разработан таким образом, чтобы осуществить процедуру оценки каждой компетенции, формируемых дисциплиной (модулем), у обучающегося в письменной форме.

Содержание комплекта заданий включает тестовые задания.

#### **Комплект заданий диагностической работы**

##### **Примерные зачетные тестовые задания**

1. Что понимается под личностным потенциалом?
  - а) совокупность врождённых способностей человека;
  - б) система внутренних ресурсов личности для достижения целей и адаптации;
  - в) уровень интеллектуального развития;
  - г) профессиональные компетенции.
2. Какой подход лежит в основе концепции личностного потенциала?
  - а) бихевиоральный;
  - б) психоаналитический;
  - в) ресурсный;
  - г) когнитивный.
3. Что такое самоэффективность в контексте развития личностного потенциала?
  - а) вера в собственную способность достигать целей;
  - б) уровень самооценки;
  - в) способность к эмпатии;
  - г) склонность к рефлексии.
4. Какой компонент НЕ входит в структуру личностного потенциала?
  - а) мотивационный;
  - б) когнитивный;
  - в) физический;
  - г) волевой.
5. Что означает понятие «зона ближайшего развития» в контексте личностного роста?
  - а) текущий уровень развития навыков;
  - б) потенциал развития при поддержке наставника;
  - в) врождённые способности;
  - г) прошлый опыт достижений.
6. Какой метод направлен на осознание и проработку внутренних барьеров?
  - а) SWOT-анализ;
  - б) работа с ограничивающими убеждениями;

- в) тайм-менеджмент;
  - г) скорочтение.
7. Что такое «рефлексия» в практике личностного развития?
- а) анализ собственных мыслей, чувств и действий;
  - б) техника быстрого запоминания;
  - в) метод групповой дискуссии;
  - г) способ постановки целей.
8. Какой инструмент помогает визуализировать цели и пути их достижения?
- а) дневник эмоций;
  - б) карта ценностей;
  - в) интеллект-карта (mind map);
  - г) тест на профорientацию.
9. Что является ключевым элементом практики целеполагания?
- а) формулировка целей по SMART;
  - б) ведение дневника благодарности;
  - в) медитация;
  - г) арт-терапия.
10. Какой метод основан на анализе успешных и неудачных опытов для извлечения уроков?
- а) коучинг;
  - б) ретроспектива;
  - в) мозговой штурм;
  - г) ролевая игра.
11. Что относится к внутренним ресурсам личности?
- а) финансовая поддержка семьи;
  - б) знания, навыки, опыт;
  - в) благоприятная экологическая обстановка;
  - г) наличие наставника.
12. Какой фактор является внешним барьером развития личностного потенциала?
- а) страх неудачи;
  - б) низкая самооценка;
  - в) социальная изоляция;
  - г) перфекционизм.
13. Что помогает преодолеть прокрастинацию?
- а) дробление задач на мелкие шаги;
  - б) увеличение нагрузки;
  - в) избегание планирования;
  - г) самокритика.
14. Какой психологический феномен мешает развитию потенциала из-за установки «я должен быть идеальным»?
- а) перфекционизм;
  - б) эмпатия;
  - в) креативность;
  - г) ассертивность.
15. Что такое «выученная беспомощность»?
- а) врожденная черта характера;
  - б) убеждение в невозможности повлиять на ситуацию;
  - в) результат чрезмерной мотивации;
  - г) форма агрессии.
17. Для чего используется «колесо баланса»?
- а) для анализа распределения времени;
  - б) для оценки гармонии в разных сферах жизни;
  - в) для тренировки внимания;
  - г) для развития памяти.
18. Какой инструмент помогает отслеживать прогресс в развитии потенциала?
- а) чек-лист;
  - б) дневник самонаблюдения;
  - в) календарь праздников;

- г) список покупок.
19. Что такое «аффирмации»?
- а) негативные установки;
- б) позитивные утверждения для самоподдержки;
- в) методы наказания;
- г) виды медитации.
20. Какой метод развивает осознанность и снижает стресс?
- а) майндфулнесс (осознанное присутствие);
- б) скорочтение;
- в) мнемотехники;
- г) дебаты.
21. Что включает практика «5 почему»?
- а) поиск глубинных причин проблемы или цели;
- б) составление списка из 5 задач;
- в) анализ 5 сильных сторон;
- г) обсуждение 5 вариантов решения.
22. Как личностный потенциал влияет на профессиональное развитие?
- а) никак не связан с карьерой;
- б) помогает адаптироваться, учиться и достигать целей;
- в) важен только для творческих профессий;
- г) снижает стрессоустойчивость.
23. Что такое «индивидуальная траектория развития»?
- а) стандартный план обучения;
- б) персонализированный путь роста с учётом целей и ресурсов;
- в) график отпусков;
- г) описание должностных обязанностей.
24. Какой навык критически важен для развития потенциала в команде?
- а) умение подчиняться без вопросов;
- б) ассертивность и конструктивная коммуникация;
- в) избегание обратной связи;
- г) конкуренция с коллегами.
25. Что означает «гибкость мышления» в контексте личностного потенциала?
- а) способность менять стратегии при изменении условий;
- б) строгое следование плану;
- в) отказ от новых идей;
- г) избегание рисков.
26. Какой элемент НЕ относится к принципам непрерывного развития?
- а) регулярная саморефлексия;
- б) фиксированное мышление (убеждение «я уже всё знаю»);
- в) поиск новых знаний и навыков;
- г) открытость обратной связи.

Оценка/баллы	Критерии оценки
<i>Отлично</i>	90-100 % правильных ответов
<i>Хорошо</i>	70-89 % правильных ответов
<i>Удовлетворительно</i>	50-69 % правильных ответов
<i>Неудовлетворительно</i>	49% и меньше правильных ответов