

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Панарин Андрей Александрович

Должность: Ректор

Дата подписания: 01.09.2026 16:46:03

Уникальный проприетарный идентификатор:

a5da3d9896e9d055380ebf9a7da4832154ef8302



Образовательная автономная некоммерческая организация высшего образования

«Московский психолого-социальный университет»

Информационно-коммуникационный отдел, серия 90/Л01 № 0008476 (бессрочная)

Свидетельство государственной аккредитации № 2783 от 07 марта 2018 года, серия 90А01 №0002920 (бессрочно)

Международный институт консультативной психологии, психоанализа и
нейропсихологии

**Фонд
оценочных средств
по дисциплине
ПРАКТИКУМ ПО МЕТОДАМ САМОРЕГУЛЯЦИИ И ТЕХНИКАМ
МЕДИТАЦИИ
Уровень высшего образования
БАКАЛАВР**

Направление подготовки

37.03.01

Психология

Наименование

Психологическое консультирование

Квалификация

бакалавр

Форма обучения

очная, очно-заочная

Москва

2026

Лист согласований

Фонд оценочных средств предназначен для контроля знаний обучающихся по направлению подготовки 37.03.01 Психология (профиль Психологическое консультирование) по дисциплине **Практикум по методам саморегуляции и техникам медитации**

Фонд оценочных средств рассмотрен и утвержден на заседании кафедры нейропсихологии и нейрокоучинга

протокол № 6 от «25» 12. 2025 г.

Согласовано:

Директор международного института
консультативной психологии,
психоанализа и нейропсихологии



Е.Ю. Небродовская-Мазур

Исполнители:

доцент кафедры

консультативной психологии _____

Матвеева И.П.

Содержание

Раздел 1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины.....	4
Раздел 2. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине (оценочные средства). Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания.....	5
Раздел 3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	14
Ключи правильных ответов к фонду оценочных средств.....	18

Раздел 1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины Практикум по методам саморегуляции и техникам медитации

Код компетенции	Результаты освоения ООП (содержание компетенций)	Индикаторы достижения компетенций	Формы образовательной деятельности, способствующие формированию и развитию компетенции
ПК-3.	Способен проводить коррекционно-развивающую работу с субъектами образовательного процесса	ПК-3.1. Разрабатывает планы коррекционно-развивающих занятий для обучающихся, направленных на развитие их интеллектуальной морально-волевой и коммуникативной сферы; коррекцию отклоняющегося поведения; проектирует индивидуальные образовательные маршруты для детей с ОВЗ. ПК-3.2. Проводит совместно с педагогами психолого-педагогическую коррекцию отклонений в психическом развитии обучающихся, нарушений социализации.	<u>Контактная работа:</u> практические занятия <u>Самостоятельная работа</u>
ПК-5.	Способен оказывать психологическую помощь социально уязвимым слоям населения и лицам, попавшим в трудную жизненную ситуацию	ПК-5.1. Проводит консультирование клиентов по выявленным у них психологическим проблемам и тренинги с целью нивелирования влияния неблагоприятной среды, помощи в социализации и адаптации к условиям проживания. ПК-5.2. Проводит беседы, направленные на просвещение клиентов и взаимодействие с социальным окружением клиентов с целью организации психологической поддержки и помощи в решении их жизненных проблем	<u>Контактная работа:</u> практические занятия <u>Самостоятельная работа</u>

Раздел 2. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине (оценочные средства). Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания.

2.1. ТИПОВЫЕ ИНСТРУКЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Тип задания	Инструкция
Задание закрытого типа с выбором одного или нескольких ответов	Прочитайте текст и выберите правильный ответ (Если несколько ответов, то прочитайте текст и выберите правильные ответы)
Задание закрытого типа на установление соответствия	Прочитайте текст и установите соответствие
Задания закрытого типа на установление правильной последовательности	Прочитайте текст и установите последовательность
Задания комбинированного типа с выбором одного верного ответа с обоснованием	Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы обосновывающие выбор ответа
Задания комбинированного типа с выбором нескольких ответов с обоснованием	Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы обосновывающие выбор ответов

2.2. СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ЗАДАНИЙ

Тип задания	Указания по оцениванию	Результат оценивания
--------------------	-------------------------------	-----------------------------

Задание закрытого типа на установление соответствия	Задание закрытого типа на установление соответствия считается верным если правильно установлены все соответствия	Верно/неверно
Задания закрытого типа на установление правильной последовательности	Задание закрытого типа на установление правильной последовательности считается верным если правильно указываются все последовательности	Верно/неверно
Задания комбинированного типа с выбором одного верного ответа с обоснованием	Задание комбинированного типа с выбором одного верного ответа из предложенных с обоснованием считается верным если правильно указан ответ и приведены корректные аргументы, используемые при выборе ответа.	Верно/неверно
Задания комбинированного типа с выбором нескольких ответов с обоснованием	Задание комбинированного типа с выбором нескольких ответов из предложенных с обоснованием считается верным если правильно указаны ответы и приведены корректные аргументы, используемые при выборе ответа.	Верно/неверно

2.3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

2.3.1. Задания для проведения текущего контроля обучающихся

Коллоквиум 1. Понятие психической саморегуляции (ПСР). Методы психологической саморегуляции

Понятия «управление», «самоуправление», «саморегулирование». Основные классификации методов непосредственного воздействия на состояние человека. Методы внешнего воздействия на функциональное состояние и методы психологической саморегуляции. Особенности процессов психического саморегулирования. Виды психической саморегуляции. Аутогенная тренировка (история, источники аутогенной тренировки (АТ), принципы методики аутогенной тренировки, индивидуально-психологические особенности человека и АТ). Низшая и высшая ступени АТ. Медитация. Эффекты медитации. Классификация техник медитации. Психомышечная тренировка. Идеомоторная тренировка. Визиомоторная тренировка поведения; йога как один из видов ПСР. Биологическая обратная связь (БОС). Виды БОС (электромиографическая, электроэнцефалографическая, электрокожная, кожнотемпературная, кардиоритмическая). Нейрофидбэк (Neurofeedback).

Коллоквиум 2. Стресс и технологии ресурсосбережения. Оптимизация функционального состояния и работоспособности работающего человека как раздел психопрофилактического направления. Соотношение понятий «психопрофилактика» и «психокоррекция». Психопрофилактика профессионального стресса, основные направления стресс-менеджмента. Понятие о формировании психологических навыков самоуправления своим состоянием. Проблема профессионального стресса. Понятие психотехнологии. Факторы динамического равновесия психических ресурсов человека: экстенсивный и преодолевающий типы поведения. Психотехнологии ресурсосбережения. Технология постановки цели. Технология планирования. Технология пошагового продвижения. Технология успешной жизнедеятельности. Технология «заповеди успешной жизни». Технология самоконструирования

в пространстве психологического времени. Технология создания позитивного переживания достижения. Анализ состояния релаксации как энергетического «антипода» стресса. Основные особенности состояния релаксации и возможности их использования для психопрофилактики профессионального стресса.

Индивидуальные практические задания

Задание 1. Цель: Сформировать умения анализа и прогнозирования ситуации профессионального развития. Выстроить диагностическую программу изучения собственной саморегуляции (3 методики) и разработать индивидуальный план, программу. Форма отчетности: письменная.

Задание 2. Цель: Разработка матрицы идей программы повышения культуры саморегуляции психолога (5–6 концептуальных положений по формам работы). Форма отчетности: письменная.

Задание 3. Цель: Изучение методов саморегуляции. Проанализировать научную статью на иностранном языке (интернет-источники) по проблемам методов и программ саморегуляции.

Типовые варианты тестовых заданий

1. Саморегуляция – это
 - 1) психическое воздействие для целенаправленной регуляции всесторонней деятельности организма, его процессов, реакций и состояний;
 - 2) психическое самовоздействие для произвольной регуляции всесторонней деятельности организма, его процессов, реакций и состояний;
 - 3) психическое самовоздействие для целенаправленной регуляции всесторонней деятельности организма, его процессов, реакций и состояний;+
 - 4) психическое самовоздействие для целенаправленной регуляции одной деятельности организма, его процессов, реакций и состояний
2. Выберите все верные ответы. Какие методы классификации саморегуляции выделяет Щербатых Ю.В.?
 - 1) биохимические;
 - 2) природные;
 - 3) физические;
 - 4) химические.
3. Классификацию способов саморегуляции предложил
 - 1) Куэ;
 - 2) Тимофеев;
 - 3) Фрейд;
 - 4) Шульц
4. Первый блок тренировки в прогрессивной мышечной релаксации
 - 1) воображение;
 - 2) расслабление мышц;
 - 3) расслабление ног;
 - 4) расслабление рук
5. Вторая стадия овладения низшей ступенью АТ
 - 1) активизация парасимпатических обеспечивающих восстановление энергоресурсов, в частности, активизацию пищеварительных процессов (ощущение глубинного тепла в области живота;
 - 2) глубокое расслабление двигательных мышц (ощущение тяжести);
 - 3) непроизвольности дыхания, изменения веса тела в такт дыханию);
 - 4) расслабление мышц кровеносных сосудов (ощущение тепла)
6. ____ сравнивал болезненные представления с застрявшими в предсознательной части Эго штифтами, которые можно постепенно выбить и заменить другими

- 1) Куэ;
 - 2) Маслоу;
 - 3) Фрейд;
 - 4) Шульц
7. «Более глубокие стадии аутогенного погружения сопровождаются ощущением легкости, невесомости тела, внутренней свободы, максимальной концентрацией на внутренних ощущениях и переживаниях и являются измененными состояниями сознания активной природы, как неспецифические компенсаторные реакции психики, направленные на оптимизацию психической деятельности в непрерывно изменяющихся условиях окружающей действительности» – описание
- 1) Куэ;
 - 2) Минкевича;
 - 3) Фрейда;
 - 4) Шульца
8. Метод систематической десенсибилизации был предложен
- 1) Вольпе;
 - 2) Куэ;
 - 3) Фрейдом;
 - 4) Шульцем
9. Определение релаксационного состояния как «энергетический антипод стресса, рассматриваемый со стороны его проявлений, особенностей формирования и механизмов запуска» предложил
- 1) Куэ;
 - 2) Филимоненко;
 - 3) Фрейд;
 - 4) Шульц
10. Выберите все верные ответы. Основание для метода аутогенной тренировки включают приемы
- 1) взаимопомощи;
 - 2) иррациональной психотерапии;
 - 3) самовнушения;
 - 4) хатха – йоги и раджи – йоги.
11. Выберите все верные ответы. Основные рекомендации по выполнению прогрессивной мышечной релаксации
- 1) всегда максимально усиливайте разницу между напряжением и расслаблением. Когда вы ослабляете напряжение, делайте это целиком и сразу;
 - 2) напрягайте мышцы до ощущения боли;
 - 3) не засыпайте во время упражнения. Вам нужно научиться расслабляться в любой момент вашей повседневной деятельности. Не стоит осваивать эту технику для того, чтобы уснуть;
 - 4) никогда максимально усиливайте разницу между напряжением и расслаблением
12. Особенность позы сидя
- 1) голова с открытыми глазами свободно упала на грудь;
 - 2) предплечья спокойно лежат на бедрах, кисти свешиваются между щиколоткой, не касаясь друг друга;
 - 3) свободно расставить на полных подошвах ноги так, чтобы между бедром и голенью образовался тупой угол;
 - 4) спина не касается спинки стула.
13. Перед началом занятий аутогенной тренировкой
- 1) выяснить нет ли противопоказаний;
 - 2) исключить возраст 20-25 лет;
 - 3) исключить наличие нестойкой психопродуктивной симптоматики;

- 4) исключить сосудистую гипотонию ниже 80/40 мм рт ст
14. Выберите все верные ответы. Применение методов саморегуляции помогает достичь трех основных эффектов
- 1) активизации;
 - 2) восстановления;
 - 3) напряжения;
 - 4) уменьшения психофизиологической реактивности
15. Выберите все верные ответы. Процесс освоения метода аутогенной тренировки
- 1) включает формирование негативных качеств;
 - 2) включает формирование позитивных эмоционально-волевых качеств;
 - 3) не сопровождается вовлечением личности в регуляцию своего состояния;
 - 4) носит активный, тренирующий характер;
16. Метод представления информации в виде оптического изображения (например, в виде рисунков и фотографий, графиков, диаграмм, структурных схем, таблиц, карт и т. д.) именуется _
- 1) визуализация
 - 2) медитация
 - 3) проектирование
 - 4) моделирование
17. Метод саморегулирования, который представляет собой процесс осознанного или неосознанного воздействия на подсознание посредством органов чувств именуется как _
- 1) самовнушение
 - 2) релаксация
 - 3) регуляция дыхания
 - 4) тренировка
18. Выберите все верные ответы. Метод саморегуляции с помощью техники "якорения" это техника, которая имеет прямое отношение к _
- 1) условным рефлексам
 - 2) стимулам, запускающим механизм сформированного условного рефлекса
 - 3) безусловным рефлексам
19. Метод саморегуляции, который отличается от аутогенной тренировки тем, что в нем не используется внушение "ощущения тяжести" в различных частях тела, а также тем, что в нем есть не только успокаивающая, но и возбуждающая часть называется _
- 1) психорегулирующая тренировка
 - 2) аутогенная тренировка
 - 3) прогрессивная релаксация
 - 4) регуляция дыхания
20. Метод саморегуляции, который разработан Э.Джекобсоном и основан на мышечном расслаблении именуется _
- 1) «Прогрессивная релаксация»
 - 2) Аутогенная тренировка
 - 3) Психорегулирующая тренировка
 - 4) Регуляция дыхания
21. Методы _ саморегуляции - система обучающих методик, направленных на формирование внутренних средств управления собственными состояниями.
- 1) психологической
 - 2) физиологической
 - 3) педагогической
 - 4) социальной
22. Выберите все верные ответы. Наиболее известными видами телесно-ориентированной психотерапии являются

- 1)характерологический анализ Райха
 - 2)биоэнергетический анализ Лоуэна
 - 3)концепция телесного осознания Фельденкрайза
 - 4)метод К.П. Бутейко
23. К высшей ступени аутогенной тренировки Шульц относил упражнения, цель которых заключается в тренировке
- 1) моторики;
 - 2) памяти;
 - 3) процессов воображения;
 - 4) процессов движения
24. Выберите все верные ответы. Применение методов саморегуляции помогает достичь трех основных эффектов
- 1) активизации;
 - 2) восстановления;
 - 3) напряжения;
 - 4) успокоения.
25. Что такое «катарсис»?
- 1) взаимовыручка;
 - 2) влияние;
 - 3) медитация;
 - 4) самоочищение.

2.3.2. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации

Типовые вопросы к зачету

1. Понятие психической саморегуляции (ПСР).
2. Виды психической саморегуляции.
3. Классификации саморегуляции.
4. Основные этапы саморегуляции в различных концепциях.
5. Индивидуальный стиль саморегуляции по А. Моросановой.
6. Формы организации обучения навыкам ПСР.
7. Психопрофилактический подход к проблеме стрессменеджмента.
8. Общая характеристика методов психологической саморегуляции как направления профилактики и коррекции профессионального стресса.
9. Классификации методов непосредственного воздействия на функциональное состояние человека.
10. Формирование внутренних средств самоуправления своим состоянием как основная особенность методов психологической саморегуляции.
11. Характеристика специфических черт состояния релаксации. гипотезы о характере связи данного состояния с переходными фазами от сна к бодрствованию.
12. Терминологические особенности описания состояний релаксации.
13. Возможности использования релаксационных состояний для оптимизации неблагоприятных функциональных состояний в стрессовых условиях труда.
14. Профессионально-прикладные возможности использования феномена повышенной внушаемости и самовнушаемости в процессе переживания состояний релаксации.
15. Нервно-мышечная релаксация, основы метода.
16. Принципы построения упражнений по методике нервномышечной релаксации и непосредственные эффекты их использования.
17. Аутогенная тренировка. Содержание и история становления метода.
18. Механизм действия аутогенной тренировки.
19. Направления разработки новых методик аутогенной тренировки.
20. Идеомоторная тренировка и сенсорная репродукция образов.
21. Пути применения идеомоторной тренировки в профессионально-прикладной практике.

22. Психомышечная тренировка.
23. Медитация. Эффекты медитации.
24. Классификация техник медитации.
25. Психотехнологии ресурсосбережения.
26. Технология постановки цели.
27. Технология планирования.
28. Технология самоконструирования в пространстве психологического времени.
29. Технология создания позитивного переживания достижения.
30. Психотехнические приемы работы с иррациональными идеями.
31. Принципы построения комплексных программ обучения приемам психологической саморегуляции.
32. Рекомендации по индивидуализации приемов ПСР с целью повышения эффективности обучения навыкам психологической саморегуляции.
33. Проблема оценки эффективности процесса обучения приемам саморегуляции.
34. Методы диагностики и оценки навыков психологической саморегуляции.
35. Роль ведущего тренинга ПСР в процессе обучения навыкам саморегуляции состояния.

Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Оценивание устного опроса (индивидуального, фронтального)

4-балльная шкала	Показатели	Критерии
Отлично	1. Правильность формулировок и раскрытия содержания категорий;	Задание решено самостоятельно. При этом составлен правильный алгоритм решения задания, в логических рассуждениях, в ответах нет ошибок, получен верный ответ, задание решено рациональным способом.
Хорошо	2. Отражение закономерностей развития процессов и явлений, раскрытие причинно-следственных связей;	Задание решено с помощью преподавателя.
	3. Самостоятельность суждений по отдельным проблемам;	При этом составлен правильный алгоритм решения задания, в логическом рассуждении и решении нет существенных ошибок;
	4. Аргументация авторской позиции;	есть объяснение решения, но задание решено нерациональным способом или допущено не более двух несущественных ошибок, получен верный ответ
	5. Наглядность и иллюстративность примеров;	
	6. Интеграция знаний из междисциплинарных областей;	Задание решено с подсказками преподавателя.
Удовлетворительно	7. Наличие связей теоретических положений с практикой (будущей профессиональной деятельностью).	При этом задание понято правильно, в логическом рассуждении нет существенных ошибок, но допущены существенные ошибки в выборе объяснения; задание решено не полностью или в общем виде.
Неудовлетворительно		Задание не решено.

Оценивание подготовки доклада, сообщения с презентацией

4-балльная шкала	Показатели	Критерии
Отлично	1. Раскрытие темы;	Тема раскрыта полностью.

	2. Глубина проработки проблемы; 3. Представление информации; 4. Информативность и оформление презентации; 5. Ответы на вопросы.	Проводит анализ темы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы. Демонстрирует понимание значимости раскрываемой темы, обосновывает тему. Проводит глубокий и детальный анализ темы с опорой на авторитетные, достоверные источники и литературу, Интернет-ресурсы. Работу сопровождает примерами, иллюстрирующими глубокое понимание обучающимися сути поставленной проблемы, логики ее изложения. Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использованы профессиональные термины. Информация по заявленной теме изложена полно и чётко. Отсутствуют фактические ошибки и ошибки в представляемой информации. Широко использованы информационные технологии (PowerPoint). Ответы на вопросы полные с приведением примеров и/или пояснений.
Хорошо		Тема в целом раскрыта. Проводит анализ темы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы. Демонстрирует понимание значимости раскрываемой темы, обосновывает тему. Проводит анализ темы с опорой на источники и литературу, Интернет-ресурсы. Работу сопровождает примерами, иллюстрирующими понимание обучающимися сути поставленной проблемы, логики ее изложения. Представляемая информация в целом систематизирована, последовательна и логически связана. Использованы профессиональные термины. Информация по заявленной теме изложена чётко. Отсутствуют фактические ошибки и ошибки в представляемой информации. Широко использованы информационные технологии (PowerPoint). Ответы на вопросы полные с приведением примеров и/или пояснений.

Удовлетворительно		Тема не полностью раскрыта. Отсутствуют выводы. Не понимает значимость раскрываемой темы, не может ее обосновать. Анализ темы поверхностный, отсутствуют примеры, опора на один источник. Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины. Информация, изложенная в презентации, не соответствует обозначенной теме. В тексте и презентации присутствуют серьезные ошибки, информация недостаточно структурирована. Нет ответов на вопросы.
Неудовлетворительно		Задание не выполнено.

Оценивание выполнения тестов

4-балльная шкала	Показатели	Критерии
Отлично	1. Полнота выполнения тестовых задания;	Выполнено 90 и более % заданий предложенного теста, в заданиях открытого типа дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос
Хорошо	2. Своевременность выполнения задания;	Выполнено 70 и более % заданий предложенного теста, в заданиях открытого типа дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос; однако были допущены неточности в определении понятий, терминов и др.
Удовлетворительно	3. Правильность ответов на вопросы;	Выполнено 50 и более % заданий предложенного теста, в заданиях открытого типа дан неполный ответ на поставленный вопрос, в ответе не присутствуют доказательные примеры, текст со стилистическими и орфографическими ошибками.
Неудовлетворительно	4. Самостоятельность тестирования;	Выполнено 49 и менее % заданий предложенного теста, на поставленные вопросы ответ отсутствует или неполный, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (терминах, понятиях)
	5. и т.д.	

Оценивание зачета

№	Форма контроля/ коды оцениваемых компетенций/ индикаторов	Процедура оценивания	Шкала и критерии оценки, балл
1.	зачет	зачет представляет собой выполнение обучающимся заданий, включающего в себя: Задание №1 – теоретический вопрос на знание базовых понятий предметной области дисциплины, а также позволяющий оценить степень владения обучающимся принципами предметной области дисциплины, понимание их особенностей и взаимосвязи между ними; Задание №2 – задание на анализ ситуации из предметной области дисциплины и выявление способности обучающегося выбирать и применять соответствующие принципы и методы решения практических проблем, близких к профессиональной деятельности; Задание №3 – задание на проверку умений и навыков, полученных в результате освоения дисциплины; Задание № 4 – активное участие в опросе (индивидуальном или фронтальном), демонстрация полной самостоятельности суждений по отдельным проблемам, аргументация авторской позиции в полной мере, раскрытие связи теоретических положений с практикой и будущей профессиональной деятельностью. Задание № 5 – подготовка доклада (презентации) по предложенным темам. Задание № 6 – выполнение теста.	Выполнение обучающимся заданий оценивается по следующей балльной шкале: Задание 1: 1-2 баллов Задание 2: 1-2 баллов Задание 3: 1-2 баллов Задание 4: 1-2 баллов Задание 5: 3-4 баллов Задание 6: 1-5 баллов «Зачтено» От 9 до 17 баллов «Незачтено» До 8 баллов

Раздел 3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

С целью определения уровня овладения компетенциями, закрепленными за дисциплиной, в заданные преподавателем сроки проводится текущий и промежуточный контроль знаний, умений и навыков каждого обучающегося. Все виды текущего контроля осуществляются на практических занятиях. Исключение составляет устный опрос, который может проводиться в начале или конце лекции в течение 15-20 мин. с целью закрепления знаний терминологии по дисциплине. При оценке компетенций принимается

во внимание формирование профессионального мировоззрения, определенного уровня включённости в занятия, рефлексивные навыки, владение изучаемым материалом.

Процедура оценивания компетенций обучающихся основана на следующих стандартах:

1. Периодичность проведения оценки.
2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и обучающимися группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекс мер по устранению недостатков.
3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.
4. Соблюдение последовательности проведения оценки.

Текущая аттестация обучающихся.

Текущая аттестация обучающихся по дисциплине проводится в соответствии с Положением о порядке проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся и является обязательной.

Текущая аттестация по дисциплине проводится в форме опроса по оцениванию фактических результатов обучения обучающихся и осуществляется ведущим преподавателем.

Объектами оценивания выступают:

- учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине);
- степень усвоения теоретических знаний;
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы;
- результаты самостоятельной работы.

Активность обучающегося на занятиях оценивается на основе выполненных обучающимся работ и заданий, предусмотренных данной рабочей программой дисциплины.

Кроме того, оценивание обучающегося проводится на текущем контроле по дисциплине. Оценивание обучающегося согласно графика проведения текущего контроля проводится преподавателем независимо от наличия или отсутствия обучающегося (по уважительной или неуважительной причине) на занятии. Оценка носит комплексный характер и учитывает достижения обучающегося по основным компонентам учебного процесса за текущий период.

Оценивание освоения компетенций обучающимся носит комплексный характер и учитывает его достижения по освоению дисциплин учебного плана.

Наименование оценочного средства	Описания процедуры проведения оценочного мероприятия и процедуры оценивания результатов обучения	Критерии оценки	Оценка		Время, выделяемое на ответ
			min	max	
Доклад, сообщение с презентацией	Доклад, сообщение – устное публичное выступление по определенному учебно-познавательному или научному вопросу (сообщение	Раскрытие темы; Понимание и обоснование значимости раскрываемой	2	5	10-15 мин.

	новой информации, представление полученных результатов исследований). Темы докладов, сообщений выдаются на практических занятиях, предшествующих изучению предлагаемой темы. Доклад, сообщение могут сопровождаться презентацией, предоставление тезисов выступления. Выполненное задание предъявляется студентом на занятии по изучению предлагаемой темы.	темы; Глубина проработки проблемы; Представление информации; Информативность и оформление презентации; Ответы на вопросы			
Опрос	Вопросно-ответный способ проверки знаний студентов, при котором изучаемый материал расчленяется на отдельные смысловые единицы, и по каждой из них задаются вопросы. Позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки	Правильность формулировок и раскрытия содержания категорий; Отражение закономерностей развития процессов и явлений, раскрытие причинно-следственных связей; Самостоятельность суждений по отдельным проблемам; Аргументация авторской позиции; Наглядность и иллюстративность примеров; Интеграция знаний из междисциплинарных областей; Наличие связей теоретических положений с практикой (будущей профессиональной деятельностью).	2	5	3-5 мин.
Тест	Система тематических	Полнота	2	5	40

	заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня основных знаний и умений обучающегося по теме. Обязательным элементом фонда оценочных средств является итоговый тест по дисциплине (экспресс-форма проверки), который должен быть загружен в систему дистанционного обучения (СДО)	выполнения тестовых задания; Своевременность выполнения задания; Правильность ответов на вопросы; Самостоятельность тестирования.			мин.
--	---	---	--	--	------

На тестирование отводится 40 минут. Каждый вариант тестовых заданий включает 20 вопросов. За каждый правильный ответ на вопрос даётся 5 баллов.

Перевод баллов в оценку:

4-балльная шкала	Бинарная шкала	Критерии
Отлично	Зачтено	Выполнено 85-100 %
Хорошо		Выполнено 70-84 %
Удовлетворительно		Выполнено 50-69 %
Неудовлетворительно	Не зачтено	Выполнено 0-49 %

Промежуточная аттестация обучающихся.

Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине проводится в соответствии с Положением о порядке проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ОАНО ВО «МПСУ» и является обязательной.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в соответствии с учебным планом курса в 8 семестре для обучающихся очной формы обучения; в 9-ом семестре для очно-заочной формы обучения. Форма контроля для очной и для очно-заочной форм обучения – зачет.

Обучающийся допускается к зачету по дисциплине в случае выполнения им учебного плана: выполнения всех заданий и мероприятий, предусмотренных программой дисциплины.

При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на рабочую программу дисциплины, основную и дополнительную литературу. Основное в подготовке к сдаче зачёта - это повторение всего материала дисциплины, по которому необходимо сдавать промежуточную аттестацию. При подготовке к зачету обучающийся весь объем работы должен распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки, контролировать каждый день выполнение намеченной работы. По завершению изучения дисциплины сдается зачет. Подготовка обучающегося к зачету включает в себя три этапа: самостоятельная работа в течение семестра; непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену по темам курса; подготовка к ответу на вопросы.

Оценка знаний обучающегося на зачете определяется его учебными достижениями в семестровый период и результатами текущего контроля знаний и выполнением им задания.

№	Форма контроля/ коды оцениваемых компетенций/ индикаторов	Процедура оценивания	Шкала и критерии оценки, балл
1.	зачет	зачет представляет собой выполнение обучающимся заданий, включающего в себя: Задание №1 – теоретический вопрос на знание базовых понятий предметной области дисциплины, а также позволяющий оценить степень владения обучающимся принципами предметной области дисциплины, понимание их особенностей и взаимосвязи между ними; Задание №2 – задание на анализ ситуации из предметной области дисциплины и выявление способности обучающегося выбирать и применять соответствующие принципы и методы решения практических проблем, близких к профессиональной деятельности; Задание №3 – задание на проверку умений и навыков, полученных в результате освоения дисциплины; Задание № 4 – активное участие в опросе (индивидуальном или фронтальном), демонстрация полной самостоятельности суждений по отдельным проблемам, аргументация авторской позиции в полной мере, раскрытие связи теоретических положений с практикой и будущей профессиональной деятельностью. Задание № 5 – подготовка доклада (презентации) по предложенным темам. Задание № 6 – выполнение теста.	Выполнение обучающимся заданий оценивается по следующей балльной шкале: Задание 1: 1-2 баллов Задание 2: 1-2 баллов Задание 3: 1-2 баллов Задание 4: 1-2 баллов Задание 5: 3-4 баллов Задание 6: 1-5 баллов «Зачтено» От 9 до 17 баллов «Незачтено» До 8 баллов