

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**
Формирование жизнестойкости личности

Код модуля
1149248(0)

Модуль
Основы коррекционно-развивающей работы

Екатеринбург

Оценочные материалы составлены автором(ами):

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Виндекер Ольга Сергеевна	кандидат психологических наук, доцент	Доцент	педагогика и психологии образования
2	Пермякова Маргарита Евгеньевна	кандидат психологических наук, доцент	Доцент	общей и социальной психологии

Согласовано:

Управление образовательных программ

Л.А. Щенникова

Авторы:

- Виндекер Ольга Сергеевна, Доцент, педагогики и психологии образования

1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ **Формирование жизнестойкости личности**

1.	Объем дисциплины в зачетных единицах	3	
2.	Виды аудиторных занятий	Лекции Практические/семинарские занятия	
3.	Промежуточная аттестация	Зачет	
4.	Текущая аттестация	Контрольная работа	1
		Домашняя работа	1

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ **Формирование жизнестойкости личности**

Индикатор – это признак / сигнал/ маркер, который показывает, на каком уровне обучающийся должен освоить результаты обучения и их предьявление должно подтвердить факт освоения предметного содержания данной дисциплины, указанного в табл. 1.3 РПМ-РПД.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)	Контрольно-оценочные средства для оценивания достижения результата обучения по дисциплине
1	2	3
ПК-10 -Способен проводить коррекционно-развивающую работу с детьми и обучающимися, в том числе с ограниченными возможностями здоровья и обучающимися, испытывающими трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации	Д-1 - Проявлять аналитическое и творческое мышление П-1 - Оценивать эффективность коррекционно-развивающей работы в соответствии с выделенными критериями У-1 - Разрабатывать планы проведения коррекционно-развивающих занятий, направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, снятие тревожности, преодоление проблем в общении и поведении	Домашняя работа Зачет Контрольная работа Лекции Практические/семинарские занятия

3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)

3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0.5		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>контрольная работа</i>	4,8	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – 0.5		
Промежуточная аттестация по лекциям – зачет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – 0.5		
2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.5		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>домашняя работа</i>	4,4	50
<i>работа на практических занятиях</i>	4,8	50
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 1		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – не предусмотрено		
3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – не предусмотрено		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям – нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено		
4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий – не предусмотрено		
Текущая аттестация на онлайн-занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям – не предусмотрено		

Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям –нет
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям – не предусмотрено

3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта

Текущая аттестация выполнения курсовой работы/проекта	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– не предусмотрено		
Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – не предусмотрено		

4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.1. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

Результаты обучения	Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам
Знания	Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Умения	Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Опыт /владение	Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.
Другие результаты	Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов. Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения. Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения.

4.2 Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням

Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов)				
№ п/п	Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)	Шкала оценивания		
		Традиционная характеристика уровня		Качественная характеристика уровня
1.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет	Отлично (80-100 баллов)	Зачтено	Высокий (В)
2.	Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения	Хорошо (60-79 баллов)		Средний (С)
3.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания	Удовлетворительно (40-59 баллов)		Пороговый (П)
4.	Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка	Неудовлетворительно (менее 40 баллов)	Не зачтено	Недостаточный (Н)
5.	Результат обучения не достигнут, задание не выполнено	Недостаточно свидетельств для оценивания		Нет результата

5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

5.1. Описание аудиторных контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля

5.1.1. Лекции

Самостоятельное изучение теоретического материала по темам/разделам лекций в соответствии с содержанием дисциплины (п. 1.2. РПД)

5.1.2. Практические/семинарские занятия

Примерный перечень тем

1. Тест жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой.
2. Опросник способов совладания WCQ (Р. Лазарус, С. Фолкман) в адаптации Т.Л.

Крюковой, Е.В. Куфтяк.

3. Новый опросник толерантности/интолерантности к неопределенности Т.В.

Корниловой.

4. Разработка индивидуальной программы развития жизнестойкости.
5. Разработка группового психологического тренинга «Тренинг жизнестойкости».
6. Формирование жизнестойкости личности: упражнения.
7. Саморегуляция как фактор жизнестойкости.
8. Рациональное представление об эмоциях как фактор жизнестойкости.

9. ИмPLICITная теория стресса как фактор жизнестойкости.

Примерные задания

Задание к теме 1 "Тест жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой".

Содержание: апробировать Тест жизнестойкости, соотнести сырые баллы с ключом, сделать выводы об уровне выраженности параметров жизнестойкости.

Критерии оценивания: проявил самостоятельность в поиске инструмента и его апробации; использовал ссылки на первоисточник; использовал результаты эмпирических исследований жизнестойкости при анализе и интерпретации полученных данных по Тесту жизнестойкости.

Задание к теме 2 "Опросник способов совладания WCQ (Р. Лазарус, С. Фолкман) в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк".

Содержание: апробировать Опросник WCQ, соотнести сырые баллы с ключом, сделать выводы об уровне выраженности индивидуальных копинг-стратегий.

Критерии оценивания: проявил самостоятельность в поиске инструмента и его апробации; использовал ссылки на первоисточник; использовал результаты эмпирических исследований копинг-стратегий при анализе и интерпретации полученных данных по Опроснику WCQ.

Задание к теме 3 "Новый опросник толерантности/интолерантности к неопределенности Т.В. Корниловой".

Содержание: апробировать Опросник Т.В. Корниловой, соотнести сырые баллы с ключом, сделать выводы об уровне выраженности индивидуальной и межличностной толерантности/интолерантности.

Критерии оценивания: проявил самостоятельность в поиске инструмента и его апробации; использовал ссылки на первоисточник; использовал результаты эмпирических исследований копинг-стратегий при анализе и интерпретации полученных данных по Опроснику Т.В. Корниловой.

Задание к теме 4 "Разработка индивидуальной программы развития жизнестойкости".

Содержание: разработать программу индивидуального тренинга жизнестойкости и тезисно представить ее структуру с обоснованием подбора методов и упражнений.

Критерии оценивания: продемонстрировал опыт в области изучения жизнестойкости с позиции основных теоретических подходов (психодинамический, когнитивно-поведенческий, экзистенциально-гуманистический); проявил самостоятельность и оригинальность в разработке индивидуальной программы с учетом исходного уровня жизнестойкости человека и его жизненной ситуации, с учетом его возраста пола и других социально-демографических характеристик.

Задание к теме 5 "Разработка группового психологического тренинга «Тренинг жизнестойкости»".

Содержание: разработать программу группового психологического тренинга по развитию жизнестойкости на 8-12 занятий (коллектив разработчиков 3-4 чел.).

Критерии оценивания: продемонстрировал эффективную работу в учебной группе; продемонстрировал знания по разработке программы группового психологического тренинга жизнестойкости; применил ссылки на научную и учебную литературу; продемонстрировал ответственность в освоении принципов разработки программы тренинга жизнестойкости;

использовал навыки сообщения преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание принципов разработки тренинга жизнестойкости в зависимости от теоретической направленности различных подходов.

Задание к теме 6 "Формирование жизнестойкости личности: упражнения".

Содержание: подобрать основные и вспомогательные упражнения для индивидуального и группового тренинга жизнестойкости (5-6 упражнений).

Критерии оценивания: продемонстрировал знания по подбору упражнений для индивидуального и группового психологического тренинга жизнестойкости; применил ссылки на научную и учебную литературу; использовал навыки сообщения преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание принципов разработки тренинга жизнестойкости в зависимости от теоретической направленности различных подходов.

Задание к теме 7 "Саморегуляция как фактор жизнестойкости".

Содержание: определить место саморегуляции в структуре личности и поведения человека; обосновать значение саморегуляции для развития жизнестойкости личности; подобрать упражнения, способствующие оптимизации навыков саморегуляции.

Критерии оценивания: использовал навыки обобщения и анализа проблемы жизнестойкости в контексте развития саморегуляции; применил ссылки на учебную и научную литературу различных теоретических подходов; сформулировал выводы.

Задание к теме 8 "Рациональное представление об эмоциях как фактор жизнестойкости".

Содержание: обосновать значение имплицитных представлений об эмоциях для формирования и развития жизнестойкости; изложить и соотнести основные признаки рационального и иррационального представления об эмоциях.

Критерии оценивания: продемонстрировал навыки аргументации при анализе проблемы формирования жизнестойкости в контексте преобладания у человека тех или иных представлений об эмоциях; применил ссылку на учебную и научную литературу; соотнес представления о функциональности эмоций с позиции разных теоретических подходов.

Задание к теме 9 "Имплицитная теория стресса как фактор жизнестойкости".

Содержание: обосновать значение имплицитных представлений о стрессе для формирования и развития жизнестойкости; изложить и соотнести основные признаки рационального и иррационального представления о стрессе.

Критерии оценивания: продемонстрировал навыки аргументации при анализе проблемы формирования жизнестойкости в контексте преобладания у человека тех или иных представлений о стрессе; применил ссылку на учебную и научную литературу; соотнес различные представления о влиянии стресса на психику человека.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2. Описание внеаудиторных контрольно-оценочных мероприятий и средств текущего контроля по дисциплине модуля

Разноуровневое (дифференцированное) обучение.

Базовый

5.2.1. Контрольная работа

Примерный перечень тем

1. Тест по теме "Жизнестойкость личности"

Примерные задания

Примерные вопросы теста:

1. Согласно С. Мадди, жизнестойкость – это

2. Компонентами жизнестойкости являются:

- а) Оптимизм, настойчивость, пластичность.
- б) Экстраверсия, эмоциональная стабильность, вовлеченность.
- в) Вовлеченность, контроль, принятие вызова.
- г) Толерантность к неопределенности, принятие риска, самоконтроль.

3. Стремление к превосходству как одна из базовых личностных диспозиций была впервые описана:

- а) А. Маслоу; б) Г. Айзенком; в) А. Адлером; г) М. Селигманом.

4. Понятие функциональной автономии мотивов Г. Олпорта находит свое отражение в идеях отечественных авторов:

- а) зона ближайшего развития Л.С. Выготского.
- б) неадаптивная, надситуативная активность Петровского В.А.
- в) сдвиг мотива на цель Леонтьева А.Н.
- г) поэтапное формирование умственных действий Гальперина П.Я.

5. Какие из перечисленных понятий имеют отношение к неадаптивной активности?

Подчеркните.

ГОМЕОСТАЗ, РИСК, ПОИСК ОТВЕТА, ПОДДЕРЖАНИЕ НАПРЯЖЕНИЯ, РЕАКТИВНОСТЬ, ТРАНСИСТАЗ, ПОИСК ВОПРОСА, СНЯТИЕ НАПРЯЖЕНИЯ, ПРОАКТИВНОСТЬ, ОСТОРОЖНОСТЬ.

6. Парадоксальная интенция – это феномен, который выражается в том, что (2):

- а) человек намерен принять парадоксальное решение;
- б) мотивация человека сделать что-либо обусловлена запретом;
- в) усиление нежелательной реакции приводит к ее ослаблению;
- г) интуитивное понимание сути происходящего.

7. Способность человека подниматься над уровнем требований ситуации, ставить цели, избыточные с точки зрения основной задачи, получила название:

- а) неадаптивная активность; б) проактивность;
- в) реактивность; г) интеллектуальная активность.

8. В модели А. Бандуры активная реакция на себя – это составляющая саморегуляции:

- а) когнитивная; б) мотивационная; в) эмоциональная; г) поведенческая.

9. Факторами повышения самооффективности являются:

- а) личный и общественный опыт, стремление к успеху, обратная связь;
- б) личный и косвенный опыт, правильная постановка цели и хороший совет со стороны авторитетного другого;
- в) физиологическое и эмоциональное состояние, вербальное убеждение со стороны авторитетного другого, правильная постановка цели, личный и косвенный опыт;

г) физиологическое и эмоциональное состояние, вербальное убеждение со стороны авторитетного другого, правильная постановка цели, принятие ответственности.

10. Для В. Франкла основное стремление человека – это:

- а) воля к превосходству над самим собой
- б) воля к смыслу
- в) воля к самоактуализации
- г) воля к самотрансценденции

11. Какие параметры атрибуций причин успеха и неудачи выделил Б. Вайнер:

- а) локус контроля, стабильность, нестабильность;
- б) локус каузальности, стабильность, контролируемость;
- в) локус каузальности, локус контроля, оптимизм;
- г) интернальность, каузальность, контролируемость.

12. М. Селигман выделял следующие параметры атрибутивного стиля:

- а) реализм, оптимизм, пессимизм;
- б) атрибуция, направленность, степень выраженности;
- в) постоянство, широта, персонализация;
- г) низкий, средний, высокий.

13. Согласно М. Селигману, пессимистический атрибутивный стиль характеризуется склонностью (2):

- а) приписывать себе и другим черты неудачливости;
- б) приписывать неудачи себе, а успехи - другим;
- в) воспринимать неблагоприятные обстоятельства как постоянные;
- г) воспринимать неблагоприятные обстоятельства как временные.

14. ИмPLICITные теории стресса – это:

- а) представление о том, что стресс имPLICITен;
- б) интуитивные, ненаучные представления о том, как стресс влияет на

жизнедеятельность человека;

в) эксплицитные научные представления о том, как стресс влияет на жизнедеятельность человека;

- г) современные теории стресса.

15. Согласно К. Макгонигал, «теория полезности стресса» характеризуется представлением о том, что:

- а) стресс полезен для организма;
- б) стресса надо избегать;
- в) стресс способствует обучению и развитию;
- г) стресс сокращает жизнь.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.2. Домашняя работа

Примерный перечень тем

1. Подготовка методической разработки для коррекционно-развивающего занятия
2. Анализ и интерпретация результатов теста и составление собственного профиля

Примерные задания

Варианты заданий к теме 1.

1. Подготовить методическую разработку для индивидуального занятия в рамках развития жизнестойкости.
2. Подготовить методическую разработку для занятия в рамках тренинга жизнестойкости.
3. Подготовить методическую разработку для занятия по коррекции пессимистического атрибутивного стиля.
4. Подготовить методическую разработку программы по развитию жизнестойкости студентов с ограниченными возможностями здоровья.

Варианты заданий к теме 2.

1. Составить собственный профиль жизнестойкости с опорой на результаты Теста жизнестойкости С. Мадди.
2. Составить собственный профиль копинг-стратегий с опорой на результаты Опросника способов совладания WCQ (Р. Лазарус, С. Фолкман) в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк.
3. Составить собственный профиль отношения к неопределенности с опорой на результаты Опросника толерантности к неопределенности Т.В. Корниловой.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.3. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля

5.3.1. Зачет

Список примерных вопросов

1. Понятие жизнестойкости в западной и отечественной психологии.
2. Жизнеспособность и жизнестойкость.
3. Жизнестойкость как фактор социально-психологической адаптации.
4. Структура жизнестойкости по С. Мадди: вовлеченность, контроль, принятие риска. Психодиагностика жизнестойкости.
5. «Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой.
6. Гуманистический подход к жизнестойкости. Триада «расстройство – стойкость – рост».
7. Жизнестойкость и психологическое благополучие: «Опросник психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Н.Н. Лепешинского.
8. Когнитивный подход к жизнестойкости.
9. Атрибутивный стиль и жизнестойкость: «SASQ» М. Селигмана.
10. Жизнестойкость и копинг-стратегии: «Опросник способов совладания» WCQ (Р. Лазарус, С. Фолкман) в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк.
11. Жизнестойкость и переживание ситуации неопределенности и тревоги.
12. «Новый опросник толерантности/интолерантности к неопределенности» Т.В. Корниловой.
13. Жизнестойкость в профессиональном контексте.
14. Профессиональный стресс и жизнестойкости личности.
15. Социальные факторы жизнестойкости.
16. Психологические факторы жизнестойкости.
17. Психофизиологические факторы жизнестойкости.
18. Жизнестойкость, возраст и пол.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности

Направления воспитательной деятельности сопрягаются со всеми результатами обучения компетенций по образовательной программе, их освоение обеспечивается содержанием всех дисциплин модулей.