

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Институт педагогики и психологии
Кафедра психологии**



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Института педагогики и психологии

М.В. Рудь

«27» февраля 2026 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине

Самоопределение и профессиональная ориентация личности

По направлению подготовки – 37.03.01 Психология

Профиль подготовки – Практическая психология

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, очно-заочная

Курс: 1 / 2 (2 / 6 семестр)

Разработчик
кандидат педагогических наук,

доцент кафедры психологии

Шайкина Е.А.

ст. преподаватель кафедры

психологии

Кубатина Ю.А.

Заведующий кафедрой психологии

Т.В. Балицкая-Крещенко

«19» февраля 2026 г.

Луганск, 2026

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины (модуля) «Самоопределение и профориентация личности» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины (модуля).

1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС — установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология (профиль подготовки – Практическая психологии), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 839, приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 ноября 2020 г. № 1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования».

1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной образовательной программы

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения
Универсальные	
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей УК – 6.2. Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста УК – 6.3. Оценивает требования рынка труда для выстраивания траектории собственного профессионального роста УК – 6.4. Строит профессиональную карьеру и определяет стратегию профессионального развития
Общепрофессиональные	
-	-
Профессиональные	
ПК-4. Организация работы по созданию системы психологического просвещения населения, работников образовательных и социальных организаций	ПК – 4.1. Знает задачи и принципы психологического просвещения в образовательной организации и других организаций с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся, клиентов ПК – 4.2. Знает формы и направления, приемы и методы психологического просвещения с учетом

	<p>образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся</p> <p>ПК – 4.3. Знает закономерности и возрастные нормы психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах, способы адаптации и проявления дезадаптивного поведения детей, подростков и молодежи.</p> <p>ПК – 4.4. Знает современные теории формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологии и способы проектирования безопасной и комфортной среды</p> <p>ПК – 4.5. Умеет планировать и организовывать работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся/клиентов, в том числе социально уязвимых и попавших в трудные жизненные ситуации</p> <p>ПК – 4.6. Умеет разрабатывать психологические рекомендации по соблюдению психологических условий обучения, воспитания, необходимых для нормального психического развития личности на каждом возрастном этапе</p> <p>ПК – 4.7. Владеет навыками выявления условий, неблагоприятно влияющих на развитие личности; навыками планирования и реализации превентивных мероприятий по профилактике возникновения социальной дезадаптации, аддикций и девиаций поведения</p>
--	---

1.4. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства/способ оценивания
Тема 1.1. Самоопределение личности. Профессиональное самоопределение.	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка устных ответов. Проверка работы студентов
Тема 1.2. Возрастные особенности профессионального самоопределения.	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка устных ответов. Проверка работы студентов
Тема 1.3. Условия эффективного профессионального самоопределения. Типы профессиональных планов и предпочтений	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка устных ответов. Проверка работы студентов
Тема 2.1. Цели и задачи профориентационной работы. Методы и формы профориентационной работы.	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка устных ответов. Проверка работы студентов
Тема 2.2. Классификация профессий. Профессиография	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка

		устных ответов. Проверка работы студентов
Тема 2.3. Психофизиологические основы личности как факторы профсамоопределения	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка устных ответов. Проверка работы студентов
Тема 2.4. Этапы профессионализации	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка устных ответов. Проверка работы студентов
Тема 2.5. Принципы организации профконсультации и профотбора	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка устных ответов. Проверка работы студентов
Тема 2.6. Планирование и организация профориентационной работы в школе	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка устных ответов. Проверка работы студентов
Тема 2.7. Профориентационное психологическое консультирование в службе занятости населения	УК-6, ПК - 4	Конспектирование литературы, подготовка устных ответов. Проверка работы студентов

1.5. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Результаты сформированности
УК-6.	<p>Знает: основные подходы к выстраиванию личного маршрута саморазвития человека; ценностно-смысловые основы профессионального самоопределения личности; классификатор и содержание профессий, имеет представление о профессиональном образовании, рынке труда, требованиях профессий к качествам человека; специфику профориентационной помощи различным образовательно -возрастным группам; знает основные стратегии профориентационной помощи и принципы их применения в программах профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера;</p> <p>Умеет: определять приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста; разрабатывать стратегию психологического исследования, его организации и проведения для выявления личностных особенностей клиента для содействия дальнейшему профессиональному самоопределению; организовывать процесс первичной профориентационной консультации в соответствии с проблемой, запросом клиента или целями организации; описывать результаты и формировать психодиагностическое заключение, отвечающее целям и задачам оказания помощи человеку или организации</p> <p>Владеет навыками: понятийным аппаратом психологии самоопределения, психологии профориентации,</p>

	<p>психодиагностики; основными методами первичной профконсультации; навыками процедур, диагностики и методов интерпретации и представления результатов психологических исследований личностных факторов профессионального самоопределения и развития клиента</p>
ПК-4	<p>Знает: основные стратегии, виды и формы вмешательства (традиционные методы и формы профориентационной работы) в рамках проблемы самоопределения и выбора профессионального пути личности в образовательных учреждениях; современные теории, направления и практики по социальной адаптации и реадaptации обучающихся/клиентов с проблемами личностного, психофизического развития и в рамках проблемы самоопределения и профессионалогенеза личности</p> <p>Умеет: применять основные подходы оказания психологической помощи личности на этапе первичного профессионального самоопределения и на этапах ресоциализации личности в связи с потерей работы; оценивать особенности психического развития обучающихся на различных уровнях образования в образовательных организациях для выбора оптимальных вариантов профессионального пути ребенка, а также взрослого, столкнувшегося с необходимостью кардинального изменения профессионального плана</p> <p>Владеет навыками: оказания профконсультативной помощи самоопределяющейся личности на разных этапах ее профессионального развития; навыками применения методов психологической коррекции психических особенностей личности (в зависимости от возраста, пола, особых образовательных потребностей, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, а также личности, находящейся в трудной жизненной ситуации), способствующих профессиональному самоопределению и профессиональной самореализации личности</p>

1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Вид текущей учебной работы	Количество баллов ОФО
	2 семестр
Устные ответы на семинарских занятиях	60
Выполнение и защита практических работ	-
Самостоятельная работа	-
Иные виды учебной работы (конспектирование базовых тем, эссе, подбор диагностического инструментария и т.д.)	20
Зачет	20
Итого за семестр:	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса	Не зачтено

		возможно повышение качества выполнения учебных заданий	
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1. Оценочные средства текущего контроля (типовые)

Вопросы для устного опроса:

1. Классификация профессий.
2. Обзорная классификация Е.А.Климова.
3. Метод профессиографии (профессиограмма и психограмма).
4. Психологические особенности выбора профессии.
5. Этапы профессионального самоопределения в онтогенезе
6. Мотивы профессионального самоопределения.
7. Кризисы развития субъекта профессионального самоопределения.
8. Внешние и внутренние условия деятельности.
9. Особенности организации деятельности.
10. Потребности рынка труда.

Вопросы для проведения контрольной работы:

1. Главная причина появления профориентации:
 - а) проблема свободы выбора
 - б) развитие тестирования
 - в) высокий престиж профессии профориентолога
2. К основным субъектам профориентации относят:
 - а) конкретная самоопределяющаяся личность
 - б) семья
 - в) школа
 - г) все ответы верны
3. Соотнесите критерии эффективности профориентации с определением:
 1. Полнота учета основных факторов выбора профессии
 2. реалистичность и гибкость профессиональных перспектив
 3. этическая самостоятельность профессиональных выборов
 - а) осуществляется на уровне здравого смысла или с учетом опыта культуры.
 - б) своевременный учет всех изменений на рынке труда и внесение коррективов в профессиональные намерения
 - в) учет желаний (хочу), возможностей (могу), и потребностей рынка (надо)

4. В отличие от профессионального самоопределения, личностное:

- а) понятие более конкретное
- б) понятие более сложное
- в) проще оформить официально
- г) больше зависит от внешних (благоприятных) условиях
- д) больше зависит от самой личности

5. Какому автору принадлежит цитата: «Человек становится тем, что он есть, благодаря делу, которое он делает своим»

- а) В. Франкл
- б) К. Маркс
- в) Э. Фромм
- г) К. Ясперс

6. Соотнесите уровни помощи человеку в профессиональном и личностном самоопределении с целью:

- 1. адаптационно-технологический
- 2. социально-адаптационный
- 3. нравственный уровень

- а) построение определенного образа жизни
- б) помощь в оптимальном включении человека в производственную систему
- в) проблемы смысла, совести.

7. Соотнесите понятие с определением:

- 1. образ жизни
- 2. стиль жизни
- 3. социальный стереотип
- 4. социальная роль

- а) комплексное рассмотрение жизнедеятельности (труд, быт, общественная жизнь), связанная с качеством жизни человека
- б) тип поведения людей, где акцент делается на субъективной и динамичной стороне жизни отдельного человека
- в) социальная функция личности, его место в определенной сообщности людей
- г) схематизированное представление о каком-либо социальном объекте

8. Для профессионального самоопределения характерны:

- а) формализация, отражающаяся в дипломах, сертификатах, трудовой книжке
- б) наличие благоприятных условий, т.е. социальный запрос, соответствующие организации и т.п.
- в) зависимость от стереотипов общественного сознания данной социокультурной среды

9. Расположите последовательность этапов освоения профессии по А.К. Марковой

- а) этап творческого самоопределения себя как личности
- б) самоактуализация (выработка индивидуальной профессиональной нормы)
- в) гармонизация человека с профессией
- г) преобразование, обогащение человеком своей профессии
- д) этап свободного владения несколькими профессиями
- е) адаптация человека к профессии

10. Соотнесите этапы и годы жизни по периодизации Д. Сьюпера

- 1. этап роста

2. этап стабилизации, утверждение себя как специалиста
3. пробный этап
4. этап исследования своих сил и устремлений.
5. этап поддерживания, сохранение достигнутых позиций
6. этап спада, ухода из профессиональной активности

- а) 0-14 лет
- б) от 14 до 25 лет
- в) 25-30 лет
- г) от 30 до 44 лет
- д) от 45 до 64 лет
- е) от 65 и более

Практические задания:

1. Конспекты базовых тем.
2. Банк психодиагностического профориентационного инструментария
3. Составление психограммы специалиста.

2.2. Оценочные средства для итоговой аттестации (зачет)

1. Понятие самоопределения личности.
2. Типы самоопределения личности по Пряжникову (личностное, жизненное, профессиональное).
3. Содержание понятия «профессия».
4. Понятие профессионального самоопределения личности.
5. Основные черты профессионального самоопределения по Пряжникову.
6. Варианты смысла профессионального самоопределения (обобщенный, личностный, стремление к элитарности).
7. Уровни возможностей профессионального самоопределения.
8. Уровни реализации возможностей профессионального самоопределения.
9. Условия профессиональной деятельности, ведущие к успеху: оптимальное соотношение субъективных и объективных факторов деятельности.
10. Условия профессиональной деятельности, ведущие к успеху: реализация деятельности, приводящей к успеху.
11. Условия профессиональной деятельности, ведущие к успеху: реализация деятельности по саморазвитию.
12. Понятие профессионального развития человека.
13. Теория профессионального развития Д. Сьюпера.
14. Периодизация профессионального развития по Сьюперу.
15. Фазы развития человека как субъекта труда по Е.Климову.
16. Критерии профессионального становления по Е. Климову: профессиональная продуктивность (понятие и показатели продуктивности).
17. Критерии профессионального становления по Е. Климову: профессиональная идентичность.
18. Компоненты структуры профессиональной идентичности: когнитивный.

19. Компоненты структуры профессиональной идентичности: эмоционально-оценочный.
20. Компоненты структуры профессиональной идентичности: поведенческий.
21. Статусы профессиональной идентичности по А.Азбель.
22. Критерии профессионального становления по Е. Климову: профессиональная зрелость.
23. Содержание понятия «профориентация личности».
24. Основные направления деятельности системы профориентации: профинформирование/профпросвещение.
25. Просветительские методы профориентации (справочная литература, профреклама, экскурсии на предприятия и встречи со специалистами разных профессий, лекции, учебные фильмы, ярмарки профессий).
26. Основные направления деятельности системы профориентации: профвоспитание.
27. Основные направления деятельности системы профориентации: профдиагностика.
28. Методы профдиагностики (беседы, опросники профмотивации, опросники профспособностей, личностные опросники, психофизиологические обследования, профпробы, наблюдение).
29. Основные профориентационные психодиагностические методики.
30. Основные направления деятельности системы профориентации: профконсультирование.
31. Основные направления деятельности системы профориентации: профотбор.
32. Ошибки профконсультирования и профотбора.
33. Основные направления деятельности системы профориентации: профадаптация.
34. Основные принципы профориентации.
35. Потребности рынка труда в рамках профориентационной работы.
36. Классификация профессий. Пять типов профессий по Е.Климову.
37. Классы профессий (гностические, преобразующие, изыскательские).
38. Содержание понятия «веер профессий».
39. Метод профессиографии. Профессиограмма содержание и структура.
40. Соотношение понятий «профессиональное самоопределение» и «профессиональный выбор».
41. Суть сложности профессионального выбора личности.
42. Факторы профессионального выбора по Е.Климову.
43. Психологическая готовность к выбору профессии.
44. Мотивационный компонент готовности к выбору профессии.
45. Особенности человека, затрудняющие выбор профессии.
46. Ошибки при выборе профессии.
47. Возрастно-психологические особенности подростков, влияющие на профессиональное самоопределение.
48. Основные мотивы выбора профессии старшеклассниками.

49. Допустимые стратегии организации профориентационной помощи (тестологическая, просветительская, глубинная, гуманистически-терапевтическая, идеологическая, принудительная).
50. Активизирующая стратегия организации профориентационной помощи как вариант допустимой стратегии.
51. Основные характеристики активизирующей профконсультационной методики (интересность, добровольность, совместная работа).
52. Методы активизации профессионального самоопределения: профориентационные игры с классом/группой.
53. Методы активизации профессионального самоопределения: активизирующие профориентационные опросники.
54. Нежелательные стратегии организации профориентационной помощи (стратегия обмана и самообмана).
55. Личная профессиональная перспектива (ЛПП) и ее компоненты.
56. Типология вариантов профессиональных планов.
57. Особенности построения личного профессионального плана.
58. Особенности профориентации с разным возрастным контингентом обучающихся и воспитанников. Элементы профориентационной работы в ДОУ.
59. Особенности профориентации с разным возрастным контингентом обучающихся и воспитанников. Элементы профориентационной работы в младшей школе.
60. Особенности профориентации с разным возрастным контингентом обучающихся и воспитанников. Элементы профориентационной работы с группами подростков.
61. Особенности профориентации с разным возрастным контингентом обучающихся и воспитанников. Элементы профориентационной работы со старшеклассниками.
62. Основные направления работы психолога в центре занятости.
63. Понятие безработного в рамках профориентационной деятельности психолога.
64. Типы личности безработных.
65. Профессиональное переобучение безработных.
66. Психологическое сопровождение и поддержка безработных (психологическая поддержка, информирование о вакансиях и возможностях трудоустройства и пр.).
67. Помощь безработным в построении личного профессионального плана.
68. Кризисы развития субъекта профессионального самоопределения.
69. Причины профессиональных кризисов.
70. Особенности психологического консультирования клиентов, находящихся в профессиональном кризисе.