

**Перечень теоретических и практических заданий к  
дифференцированному зачету  
по ОГСЭ.07 Психология личности и профессиональное  
самоопределение  
(4 курс, 7 семестр 2023-2024 уч. г.)**

**Форма контроля:** Контрольная работа (Опрос)

**Описательная часть:** Выполнить на выбор одно теоретическое и одно практическое задания

**Перечень теоретических заданий:**

**Задание №1**

Дать определения понятиям: темперамент, профессиональное самоопределение, психические процессы, мотивация, самопознание.

Оценка	Показатели оценки
3	Дано определение 2 понятиям из 5
4	Дано определение 4 понятиям из 5
5	<p>Дано определение 5 понятиям из 5</p> <p>Темперамент - это совокупность врожденных свойств личности, которые влияют на формирование личности.</p> <p>Профессиональное самоопределение – процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой среде и способ ее самореализации.</p> <p>Психические процессы - это процессы, происходящие в голове человека, обеспечивающие познание окружающей действительности.</p> <p>Мотивация - это система побуждений, вызывающих активность индивида, определяющих направленность и характер его поведения и деятельности.</p> <p>Самопознание – это изучение личностью собственных психических и физических особенностей, осмысление самого себя.</p>

**Задание №2**

Перечислить типы личности по типу темперамента.

Оценка	Показатели оценки
3	Перечислены 2 из 4 типов личности по типу темперамента:
4	Перечислены 3 из 4 типов личности по типу темперамента:

5	Перечислены 4 из 4 типов личности по типу темперамента:  1. Холерик  2. Сангвиник  3. Флегматик  4. Меланхолик
---	--

### Задание №3

Перечислить 4 основных требования к специалистам на рынке труда.

Оценка	Показатели оценки
3	Перечислены 2 из 4 основных требований к специалистам на рынке труда.
4	Перечислены 3 из 4 основных требований к специалистам на рынке труда.
5	Перечислены 4 из 4 основных требований к специалистам на рынке труда.  1. Высокая квалификация.  2. Профессионализм.  3. Многофункциональность.  4. Высокая работоспособность.

### Перечень практических заданий:

#### Задание №1

Установите соответствие типа темперамента и вида деятельности

Тип темперамента	Вид деятельности
1. Сангвиник	а) Творческая деятельность в науке и искусстве, мыслительная деятельность
2. Меланхолик	б) Планомерная и плодотворная деятельность
3. Холерик	в) Организаторская деятельность, политика
4. Флегматик	г) Активная рискованная деятельность, стратегия

Оценка	Показатели оценки
3	Установлено соответствие 2 типов темперамента с 2 видами деятельности
4	Установлено соответствие 3 типов темперамента с 3 видами деятельности
5	Установлено соответствие 4 типов темперамента с 4 видами деятельности  1в, 2а, 3г, 4б

### Задание №2

Перечислите и раскройте методы тренировки памяти (не менее 3).

Оценка	Показатели оценки
3	Перечислены 3 из 3, но не раскрыты методы тренировки памяти, или названы 2 метода из 3 и раскрыт один из них
4	Перечислены 3 из 3 методов тренировки памяти и дана характеристика 1 методу из 3
5	<p>Перечислены 3 из 3 методов тренировки памяти и даны характеристики 3 методам из 3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Метод, основанный на внимательности.</li> </ul> <p>Необходимо направлять внимание на то, что нужно запомнить, подкрепляя это конкретными целями.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Метод, основанный на ассоциациях</li> </ul> <p>Ассоциации образуют связь между кратковременной памятью и тем, что уже было заложено в долговременную. Главное – ассоциация должна быть понятной и легкой для восприятия.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Метод повтора информации</li> </ul> <p>Основан на периодическом воспроизведении полученной информации. Чем новее полученная информация, тем больше потребуются концентрации и повторений.</p>

### Задание №3

Раскрыть 5 этапов построения карьеры в таблице с помощью целей.

	Этапы построения карьеры	Характеристика этапа
1	Главная цель	

2	Ближайшие и более отдаленные цели
3	Пути и средства достижения ближайших целей
4	Внешние условия достижения целей
5	Внутренние условия

Оценка	Показатели оценки
3	Раскрыты 2 этапа построения карьеры с помощью целей из 5
4	Раскрыты 4 этапа построения карьеры с помощью целей из 5
5	Раскрыты 5 этапов построения карьеры с помощью целей из 5

#### Задание №4

Перечислите 4 способа развития творческого мышления в повседневной жизни

Оценка	Показатели оценки
3	Перечислены 2 из 4 способов развития творческого мышления;
4	Перечислены 3 из 4 способов развития творческого мышления;
5	Перечислены 4 из 4 способов развития творческого мышления; <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Писать или рисовать левой рукой.</li> <li>2. С закрытыми глазами определить предметы и их фактуру. Этот прием развивает координацию и интуицию</li> <li>3. Есть с закрытыми глазами, разбирать вкусы и запахи еды;</li> <li>4. Поехать домой с учебы по другой дороге, выбрать краткий или длинный путь.</li> </ul>