

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Арзамасский филиал ННГУ - Психолого-педагогический факультет

УТВЕРЖДЕНО
решением Ученого совета ННГУ
протокол № 15 от 24.12.2025 г.

Рабочая программа дисциплины

Технологии индивидуального трудоустройства и личной эффективности

Уровень высшего образования
Бакалавриат

Направление подготовки / специальность
37.03.01 - Психология

Направленность образовательной программы
Психология развития

Форма обучения
очно-заочная

г. Арзамас

2026 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.О.43 Технологии индивидуального трудоустройства и личной эффективности относится к обязательной части образовательной программы.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
УК-2: Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	ИУК-2.1: Знает принципы, методы и правовые нормы разработки и реализации проектов. ИУК-2.2: Умеет определять цели и задачи проекта, способы их решения в соответствии с действующими правилами и правовыми нормами. ИУК-2.3: Владеет инструментами разработки проектов.	ИУК-2.1: Знает принципы, методы и правовые нормы разработки и реализации проектов. ИУК-2.2: Умеет определять цели и задачи проекта, способы их решения в соответствии с действующими правилами и правовыми нормами. ИУК-2.3: Владеет инструментами разработки проектов.	Опрос Контрольная работа Реферат	Зачёт: Контрольные вопросы
УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	ИУК-6.1: Знает основы профессиональной и личностной самореализации, правила самоорганизации деятельности, понимать важность образования в течение всей жизни. ИУК-6.2: Умеет управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития. ИУК-6.3: Владеет способами самоорганизации деятельности.	ИУК-6.1: Знает основы профессиональной и личностной самореализации, правила самоорганизации деятельности, понимать важность образования в течение всей жизни. ИУК-6.2: Умеет управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития. ИУК-6.3: Владеет способами самоорганизации	Опрос Реферат Контрольная работа	Зачёт: Контрольные вопросы

		деятельности.		
ПК-3.1: Способен осуществлять просветительскую деятельность и психолого-профилактическую работу с целью предупреждения дезадаптации индивидов	ИПК-3.1.1: Знает теоретические основы просветительской и психолого-профилактической работы. ИПК-3.1.2: Умеет проводить просветительскую и психолого-профилактическую работу с целью предупреждения дезадаптации индивидов. ИПК-3.1.3: Владеет способами просветительской или психолого-профилактической работы.	ИПК-3.1.1: Знает теоретические основы просветительской и психолого-профилактической работы. ИПК-3.1.2: Умеет проводить просветительскую и психолого-профилактическую работу с целью предупреждения дезадаптации индивидов. ИПК-3.1.3: Владеет способами просветительской или психолого-профилактической работы.	Опрос Тест Реферат Контрольная работа	Зачёт: Контрольные вопросы
ПК-7.2: Способен осуществлять психологическое консультирование с целью поддержки личностного и социального развития индивида	ИПК-7.2.1: Знает теоретические концепции личностного и социального развития. ИПК-7.2.2: Умеет осуществлять психологическое консультирование с целью поддержки личностного и социального развития человека. ИПК-7.2.3: Владеет способами поддержки личностного и социального развития человека.	ИПК-7.2.1: Знает теоретические концепции личностного и социального развития. ИПК-7.2.2: Умеет осуществлять психологическое консультирование с целью поддержки личностного и социального развития человека. ИПК-7.2.3: Владеет способами поддержки личностного и социального развития человека.	Тест Реферат Контрольная работа	Зачёт: Контрольные вопросы

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очно-заочная
Общая трудоемкость, з.е.	2
Часов по учебному плану	72
в том числе	

аудиторные занятия (контактная работа):	
- занятия лекционного типа	16
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	16
- КСР	1
самостоятельная работа	39
Промежуточная аттестация	0 Зачёт

3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы	Всего	
	0 3 Ф 0	0 3 Ф 0	0 3 Ф 0	0 3 Ф 0	0 3 Ф 0
Тема 1 Современные проблемы индивидуального трудоустройства и развития личной эффективности граждан.	7	1	1	2	5
Тема 2. Современные психологические концепции трудовой деятельности.	6	1	1	2	4
Тема 3. Методы психологии труда, инженерной психологии, эргономики.	8	2	2	4	4
Тема 4. Процесс труда как объект комплексного исследования.	9	2	2	4	5
Тема 5. Психология субъекта труда. Психологические аспекты профориентации и проф-консультирования.	8	2	2	4	4
Тема 6. Психологическая атмосфера в трудовом коллективе. Трудовая мотивация, её виды.	8	2	2	4	4
Тема 7. Технологии индивидуального трудоустройства.	9	2	2	4	5
Тема 8. Диагностирование и тестирование при приеме на работу.	8	2	2	4	4
Тема 9. Способы и технологии развития личной (персональной) эффективности	8	2	2	4	4
Аттестация	0				
КСР	1			1	
Итого	72	16	16	33	39

Содержание разделов и тем дисциплины

Тема 1 Современные проблемы индивидуального трудоустройства и развития личной эффективности граждан.

Структуры рынка труда, типы, формы. Основные положения трудового кодекса. Особенности российского рынка труда. Карьера как стратегия трудовой жизни.

Тема 2. Современные психологические концепции трудовой деятельности.

Правовые аспекты трудоустройства. Современные психологические концепции трудовой деятельности.

Тема 3. Методы психологии труда, инженерной психологии, эргономики.

Инженерная психология как наука. Предмет, задачи и структура эргономики.

Тема 4. Процесс труда как объект комплексного исследования.

Основы безопасности труда. Сущность, факторы, показатели и динамика работоспособности. Профессия и специальность, их определение. Должность и карьера, их определение.

Тема 5. Психология субъекта труда. Психологические аспекты профориентации и профконсультирования.

Функциональное состояние субъекта труда. Виды функциональных состояний человека. Психологические аспекты профориентации и профконсультирования.

Тема 6. Психологическая атмосфера в трудовом коллективе. Трудовая мотивация, её виды.

Технология адаптации на рабочем месте. Вхождение в трудовой коллектив.

Тема 7. Технологии индивидуального трудоустройства.

Этапы трудоустройства. Источники информации о рабочих местах. Рынок труда для студентов и выпускников.

Тема 8. Диагностирование и тестирование при приеме на работу.

Анкетирование. Тестирование. Собеседование при приеме на работу. Психологические особенности прохождения интервью.

Тема 9. Способы и технологии развития личной (персональной) эффективности

Основные документы при приеме на работу. Основные требования к структуре резюме. Эффективное личное портфолио.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

Электронные курсы, созданные в системе электронного обучения ННГУ:

Технологии индивидуального трудоустройства и личной эффективности,
<https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=8470>.

Иные учебно-методические материалы:

Учебно-методические документы, регламентирующие самостоятельную работу, адреса доступа к документам:

<https://arz.unn.ru/sveden/document/>

https://arz.unn.ru/pdf/Metod_all_all.pdf

5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:

5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции УК-2:

1. Влияние профессии на личность.
2. Главные задачи психологии труда.
3. Проблема профессионального становления.
4. Деятельность и активность как основные категории психологии труда.
5. Зарождение и развитие психологии труда.

5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции УК-6:

1. Личностная и социальная значимость профессионального выбора.
2. Методы психологии труда.
3. Общая схема профессиональной деятельности.
4. Основные задачи психотехники.
5. Основные направления в современной психологии труда.

5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ПК-3.1:

1. Профориентация: определение понятия, методы, подходы.
2. Профессиональное консультирование.
3. Типология профессий по Е.А. Климову.
4. Психологический климат в коллективе.
5. Тренинг повышения трудовой мотивации.

Критерии оценивания (оценочное средство - Опрос)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.
хорошо	выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении аналитических заданий.
удовлетворительно	выставляется в том случае, при котором студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.
неудовлетворительно	выставляется студенту, ответ которого содержит существенные пробелы в

Оценка	Критерии оценивания
	знании основного содержания учебной программы дисциплины и не умеющего использовать полученные знания при решении практических задач.

5.1.4 Типовые задания (оценочное средство - Контрольная работа) для оценки сформированности компетенции УК-2:

1. Что такое профессия?
2. Что такое специальность?
3. Что такое выбор профессии?
4. Что такое профессиональное самоопределение?
5. В чем специфика профессии, которую Вы выбрали?

5.1.5 Типовые задания (оценочное средство - Контрольная работа) для оценки сформированности компетенции УК-6:

1. Каковы будут Ваши функциональные обязанности?
2. Какие требования предъявляет избранная Вами профессия к Вам?
3. Каковы необходимые Вам профессионально важные качества?
4. Какие качества мешают выполнению Вашей будущей профессии?
5. Разработайте способы самоорганизации и самообразования для совершенствования в выбранной профессии.

5.1.6 Типовые задания (оценочное средство - Контрольная работа) для оценки сформированности компетенции ПК-3.1:

1. Разработать профессиограмму профессии с преобладанием сенсорной нагрузки.
2. Составить программу, направленную на профилактику возникновения профессионального стресса у менеджера.
3. Провести психологический анализ профессии психолога.
4. Провести психологический анализ профессии преподавателя.
5. Провести психологический анализ профессии менеджера.
6. Составить комплекс методик для профотбора менеджеров

5.1.7 Типовые задания (оценочное средство - Контрольная работа) для оценки сформированности компетенции ПК-7.2:

1. Составить комплекс методик для профотбора персонала для работы в сфере услуг.
2. Составить программу занятий, направленных на обучение снижению уровня эмоционального напряжения персонала торгового предприятия.
3. Составить комплекс методик для исследования мотивов профессиональной деятельности.
4. Составить программу занятий по профессиональной ориентации.

5. Составить программу психологической оценки персонала торгового предприятия.
6. Составить комплекс методик для психодиагностики профессиональных способностей (профессия на выбор).

Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольная работа)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выполненные контрольные задания содержательно полностью соответствуют поставленным вопросам. Приведенная информация проанализирована, переработана, рассмотрены и приведены различные точки зрения специалистов по данным вопросам, возможно, приведены практические примеры из собственного опыта профессиональной деятельности. Оформление задания полностью соответствует требуемому шаблону.
хорошо	выполненные контрольные задания содержательно соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация верная, но она студентом заимствована из источника без проведения анализа содержания. Оформление задания полностью соответствует требуемому шаблону.
удовлетворительно	выполненные контрольные задания в целом содержательно соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация представлена с ошибками. Оформление задания в целом соответствует требуемому шаблону.
неудовлетворительно	выполненные контрольные задания содержательно не соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация представлена с ошибками. Оформление задания не соответствует требуемому шаблону.

5.1.8 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции УК-2:

1. Трудовой метод в психологии труда: история возникновения, сущность и специфика использования.
2. Методики диагностики интересов и установок в профессиональной психодиагностике.
3. Опросный метод в изучении профессиональной деятельности.
4. Использование компьютерной техники в исследованиях по психологии труда: возможности и ограничения.
5. Сравнительный анализ развития отечественной и зарубежной психологии труда.
6. Основные подходы к изучению психологического строения деятельности.
7. Компонентный состав психологической структуры деятельности.
8. Действие как основной структурный компонент деятельности.
9. Современные классификации видов и типов профессиональной деятельности.
10. Психологическая характеристика управленческой деятельности.
11. Психологическая характеристика операторской деятельности.
12. Специфика формирования мотивации профессионалов.
13. Трудовой пост в организации и его компоненты. Золотое правило психологии труда.

5.1.9 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции УК-6:

1. Возможности и ограничения процедуры профессионального психологического отбора.
2. Структура профессионального обучения.
3. Активные методы в профессиональном обучении.
4. Необходимость и значение личностных качеств работника при аттестации.
5. Анализ факторов, влияющих на оценку персонала.
6. Психологические аспекты работы с кадровым резервом.
7. Развитие психологии труда в США. Этапы и периоды развития знания о взаимодействии человека и орудия труда.
8. Развитие психологии труда в Германии, Англии, Швеции, Польше.

5.1.10 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПК-3.1:

1. Организационная психология как новое направление в изучении трудовой деятельности.
2. Вопросы совместимости и сработанности в малой группе.
3. Конфликты на производстве: классификация, причины, пути решения.

5.1.11 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПК-7.2:

1. Развитие человека как субъекта труда. Проблема субъективной значимости, удовлетворенности трудом.
2. Характеристика видов немеханизированного физического труда.
3. Характеристика форм конвейерного труда.
4. Характеристика видов труда с преобладанием сенсорной нагрузки.
5. Методы оценки тяжести и напряженности труда
6. Возможные пути повышения эффективности деятельности.
7. Инженерно-психологические проблемы организации рабочих мест.
8. Психологические стратегии личностного роста работника.
9. Организация труда с учётом индивидуально-психологических свойств работника.
10. Организации трудовой деятельности людей с ОВЗ и при различных заболеваниях.
11. Факторы, способствующие и препятствующие нормальной профессиональной деятельности людей с ОВЗ.
12. Профессиональные риски и ресурсы людей с ОВЗ: психологический аспект.

Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выставляется, если отмечается полнота и достоверность представленной в презентации информации, высокое качество оформления презентации и наглядность представляемой информации, краткость и четкость изложения информации при защите презентации.
хорошо	выставляется, если в презентации отмечается в целом полная и достоверная информация, однако есть незначительные погрешности в оформлении и наглядности представляемой информации, несколько нарушены краткость и

Оценка	Критерии оценивания
	четкость изложения информации при защите презентации.
удовлетворительно	выставляется, если представленная в презентации информация неполная или недостоверная, отмечается небрежность в оформлении презентации, слишком кратко изложена информации при защите презентации.
неудовлетворительно	выставляется, если отмечается полнота и достоверность представленной в презентации информации, высокое качество оформления презентации и наглядность представляемой информации, краткость и четкость изложения информации при защите презентации. выставляется, если в презентации отмечается в целом полная и достоверная информация, однако есть незначительные погрешности в оформлении и наглядности представляемой информации, несколько нарушены краткость и четкость изложения информации при защите презентации. выставляется, если представленная в презентации информация неполная или недостоверная, отмечается небрежность в оформлении презентации, слишком кратко изложена информации при защите презентации. выставляется, если представленная в презентации информация содержит грубые ошибки, отмечается низкое качество оформления презентации, отсутствует наглядность, при защите презентации допускаются ошибки, искажения информации.

5.1.12 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПК-3.1:

Задания с выбором одного правильного варианта

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов:

1. Изучение психических особенностей и закономерностей различных видов трудовой деятельности и отношения человека к труду – это:

- А)задача психологии труда; б) направление исследований в психотехнике;
- в)составляющая предмета психологии труда.

2. Организация труда может дать большую производительность, чем его интенсификация – это:

- а)направление исследований в психологии труда; б)положение психологии труда;
- в)задача психологии труда.

3. Устранение аварийных ситуаций – это:

- а)задача психотехники; б)задача психологии труда; в)составляющая предмета психологии труда.

4. В рамках психологии труда сложилась:

- а)медицинская психология; б)возрастная психология; в)психотехника.

5. **Род трудовой деятельности, требующий определенной подготовки и являющийся источником существования – это:**
а) профессия; б) должность; в) специальность.
6. **Вид занятия в рамках одной профессии – это:**
а) должность; б) специальность; в) квалификация.
7. **Автор концепции профессиональной деятельности:**
а) Е.А.Климов; б) Дж.Голланд; в) А.А.Деркач.
8. **Функциональные обязанности – это:**
а) компонент объективной составляющей профессиональной деятельности; б) компонент субъективной составляющей профессиональной деятельности; в) компонент профессионального личностного типа.
9. **Целеустремленная активность, заключающаяся в мотивационном достижении сознательно поставленной цели познания или преобразования объекта, реализующая потребности субъекта – это:**
а) профессия; б) труд; в) деятельность.
10. **Отрасль психологии, которая изучает закономерности совершенствования психической составляющей трудового процесса - это:**
а) психотехника; б) психология научной организации труда; в) психология труда.
11. **Индивид или группа, выступающие источником познания и преобразования действительности – это:**
а) объект деятельности; б) субъект деятельности; в) средство труда.
12. **Эмоционально-оценочное отношение личности или группы к выполняемой работе и условиям ее протекания – это:**
а) эффективность деятельности; б) удовлетворенность трудом; в) результативность деятельности.
13. **Отношение достигнутого результата к максимально достижимому или заранее запланированному результату – это:**
а) эффективность деятельности; б) удовлетворенность трудом; в) результативность деятельности.
14. **Автор «Опросника профессиональных предпочтений»:**
а) Дж.Голланд; б) Е.А.Климов; в) Л.Н.Кабардова.
15. **Живые организмы, растения, животные и биологические процессы – это объекты профессиональной деятельности типа профессий:**
а) «человек – человек»; б) «человек – природа неживая»; в) «человек – природа живая».

16. Временное снижение работоспособности под влиянием длительного воздействия нагрузки, возникающее вследствие истощения внутренних ресурсов индивида и рассогласования в работе систем, обеспечивающих деятельность – это:

а) усталость; б) дееспособность; в) утомление.

17. Кто впервые выделил основные стадии работоспособности:

а) А.Е. Голомшток; б) Е.А. Климов; в) Э. Крепелин.

18. Автор методики «Карта интересов»:

а) А.Е. Голомшток; б) Е.А. Климов; в) Э. Крепелин.

19. Метод изучения требований, предъявляемых профессией к личностным качествам, психологическим способностям, психолого-физическим возможностям человека – это:

а) профессиограмма; б) профессиография; в) профессиология.

20. Типу профессий «человек – техника» тождественна:

а) сфера работы с людьми; б) сфера искусства; в) сфера технических интересов

21. Метод психологической помощи людям в выборе и перевыборе профессии, а также планирование профессиональной карьеры в соответствии с возможностями, предоставляемыми личности обществом, и ее индивидуальными качествами – это:

а) профессиональная консультация; б) профессиональная информация;
в) профессиографическое исследование.

22. Автор методики «Мотивы выбора профессии»:

а) Б.А. Федоришин; б) Р.В. Овчарова; в) Н.И. Рейнвальд.

5.1.13 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПК-7.2:

Задания с выбором одного правильного варианта

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов:

1. Термин «психотехника» был предложен:

- а) Г. Мюнстербергом;
- б) В. Штерном;
- в) Тейлором;
- г) Вундтом.

2. Основоположники отечественной психологии труда:

- а) Б.Ф. Ломов;
- б) Е.А. Климов;
- в) А.К. Гастев;
- г) Б.М. Теплов.

3. Главная задача психологии труда:

- а) исследование способности и возможностей действовать в стрессовых условиях соревнований;
- б) изучение фактов и закономерностей психической регуляции деятельности человека;
- в) исследование художественного творчества;
- г) анализ психологических условий и особенностей управленческой деятельности.

4. Стресс это:

- а) давление;
- б) напряжение;
- в) негативное состояние;
- г) повреждение.

5. Что является психическим регулятором труда:

- а) антицепация;
- б) образ объекта труда;
- в) владение внутренними средствами труда;
- г) ориентировочная деятельность.

6. Составляющими трудового поста является:

- а) производство полезных действий;
- б) цель;
- в) организация рабочего места;
- г) управление средствами труда.

7. Учитель химии в средней школе это:

- а) профессия;
- б) специальность;
- в) трудовой пост;
- г) должность.

8. Стадия оптации:

- а) 6-8 лет;
- б) 11-12 лет;
- в) 12-18 лет;
- г) 18-25 лет.

9. Стадия адепта:

- а) 6-8 лет;
- б) 11-12 лет;
- в) 12-18 лет;
- г) 18-23 лет.

10. Какой метод чаще всего используется в психологии труда:

- а) метод экспертной оценки;
- б) метод анамнеза;
- в) метод беседы;
- г) метод наблюдения.

11. Что не относится к функциональному состоянию:

- а) результат деятельности;
- б) фон деятельности;
- в) «карта деятельности»;
- г) условия деятельности.

12. Стадия авторитета это:

- а) оптант;
- б) адепт;
- в) интернал;
- г) мастер.

13. К каким областям труда относится профессия продавец:

- а) природа;
- б) социальная система;
- в) техника;
- г) знаковая система.

14. Эрготическая функция это:

- а) трудовая функция;
- б) вещественная функция;
- в) социальная функция;
- г) функция средств труда.

15. Состояние не приводящее к потере работоспособности:

- а) утомление;
- б) напряженность;
- в) монотония;
- г) психическое пресыщение.

1. При утомлении наблюдается следующее изменение:

- а) возрастает объем внимания;
- б) улучшается память;
- в) деструкция мотивационной сферы;
- г) повышение мыслительной активности.

2. Стадия динамики работоспособности:

- а) уровень непродуктивной деятельности;
- б) уровень максимальных возможностей;
- в) уровень чувствительной напряженности;
- г) уровень аффекта.

3. Эзотерический способ регуляции состояния это:

- а) плавание;
- б) йога;
- в) бег;
- г) гимнастика.

4. Выделите профессию с абсолютной пригодностью:

- а) врач;

- б) космонавт;
- в) библиотекарь;
- г) продавец.

5. Оптимальный режим деятельности:

- а) связан с решением простых задач;
- б) отличается относительно большой нагрузкой;
- в) связан с непредвиденными обстоятельствами;
- г) связан со снижением возможностей человека.

6. Что не относится к профессионально-важным качествам (ПВК):

- а) способности;
- б) поведение;
- в) мотивы;
- г) направленность личности.

7. Психограмма — это не:

- а) мотивы;
- б) средство труда;
- в) способности;
- г) знания.

8. Мотивационная сфера профессионализма это не:

- а) профессиональные ценности;
- б) работоспособность;
- в) профессиональные притязания;
- г) профессиональные цели.

9. Операционная сфера профессионализма это не:

- а) профессиональные действия;
- б) эффективность труда;
- в) профессиональные мотивы;
- г) индивидуальность их деятельности.

10. Факторы профессионального среза, связанные с трудовой деятельностью это не:

- а) перегрузки (много работы);
- б) плохие условия физического труда;
- в) дефицит времени;
- г) ролевой конфликт.

11. Предмет психологии труда это:

- а) трудовая деятельность;
- б) трудовой пост;
- в) субъект труда;
- г) объект труда.

12. Основные характеристики труда это не:

- а) целенаправленная деятельность;
- б) преднамеренный характер;

- в) структурный характер;
- г) орудийный характер.

13. Основные характеристики профессий это не:

- а) вид трудовой деятельности;
- б) общественно-полезной деятельности;
- в) деятельность, где не обязательно вознаграждение;
- г) деятельность предполагающая специальную подготовку.

14. Уровни самостоятельности человека в труде:

- а) самостоятельная активность без помощи специалиста;
- б) самостоятельная активность в условиях оптимального научного обслуживания;
- в) человек рассматривается как некомпетентный и пассивный;
- г) ненормативная самостоятельность.

15. Что не относится к специальностям:

- а) окулист;
- б) ортодонт;
- в) врач;
- г) педиатр.

Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	Оценка «отлично» 80-100% правильных ответов;
хорошо	Оценка «хорошо» 60-79% правильных ответов;
удовлетворительно	Оценка «удовлетворительно» 40-59% правильных ответов;
неудовлетворительно	Оценка «неудовлетворительно» менее 40% правильных ответов.

5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено	зачтено		
<u>Знания</u>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок

<u>Умения</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме
<u>Навыки</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов

Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции УК-2

1. Предмет, объект и задачи психологии труда.
2. Значение психологии труда для современного общества.
3. Межпредметные связи дисциплины «Психология труда».
4. Конструктивные методы психологии труда, инженерной психологии, эргономики.
5. Методы психологического изучения профессий.
6. Профессиографические методы.
7. Системный подход к анализу деятельности.
8. Трудовой процесс и его влияние на субъект труда.
9. Трудовая мотивация, её виды.
10. Этапы формирования трудовых навыков.
11. Уровни и этапы профессионализма.
12. Адаптация и дезадаптация в экстремальных трудовых условиях.
13. Нормальное профессиональное развитие и признаки деформации.
14. Психологические аспекты проведения профориентации.
15. Профессионально значимые качества и их диагностика.
16. Психологические основы профессионального отбора.
17. Организация рабочего места: психологические аспекты.
18. Профессиональный стресс: причины, способы устранения.

19. Синдром эмоционального выгорания: причины и способы профилактики.

5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции УК-6

1. Этапы формирования трудовых навыков.
2. Уровни и этапы профессионализма.
3. Адаптация и дезадаптация в экстремальных трудовых условиях.
4. Нормальное профессиональное развитие и признаки деформации.
5. Психологические аспекты проведения профориентации.
6. Профессионально значимые качества и их диагностика.
7. Психологические основы профессионального отбора.
8. Организация рабочего места: психологические аспекты.
9. Профессиональный стресс: причины, способы устранения.
10. Синдром эмоционального выгорания: причины и способы профилактики.

5.3.3 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПК-3.1

1. История становления психологии труда как самостоятельной научной отрасли.
2. Гуманистические теории трудовой деятельности.
3. Мотивационные теории трудовой деятельности.
4. Процессуальные теории трудовой деятельности.
5. Труд как фактор исторического развития человека.
6. Труд как вид деятельности.
7. Продукты, произведения труда.

5.3.4 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПК-7.2

1. Индивидуализация условий труда с учётом индивидуально-психологических особенностей человека (ОВЗ и т.п.)
2. Понятие «психологическая атмосфера в трудовом коллективе».
3. Психологическая совместимость сотрудников.
4. Конфликты в трудовом коллективе: причины и способы их разрешения.

Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	сформированность компонентного состава (индикаторов) компетенций соответствует требованиям компетентностной модели будущего выпускника на данном этапе обучения, основанном на требованиях ОС ННГУ по направлению подготовки, студент готов самостоятельно решать стандартные и нестандартные профессиональные задачи в предметной области дисциплины в соответствии с типами задач профессиональной деятельности осваиваемой образовательной программы

Оценка	Критерии оценивания
не зачтено	сформированность компонентного состава (индикаторов) компетенций не соответствует требованиям компетентностной модели будущего выпускника на данном этапе обучения, основанным на требованиях ОС ННГУ по направлению подготовки, студент не готов решать профессиональные задачи в предметной области дисциплины в соответствии с типами задач профессиональной деятельности осваиваемой образовательной программы

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Основы успешного трудоустройства : методические рекомендации для студентов и выпускников вузов / Енина К. С., Каменева Е. Г., Кочемасова, Пак Л. Г., Соколова Ю. А. - Оренбург : ОГПУ, 2022. - 121 с. - Книга из коллекции ОГПУ - Психология. Педагогика., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=830493&idb=0>.
2. Корягина Н. А. Самопрезентация и убеждающая коммуникация : учебник и практикум / Н. А. Корягина. - Москва : Юрайт, 2023. - 225 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11562-8. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=848599&idb=0>.
3. Антонова Н. В. Психология массовых коммуникаций : учебник и практикум / Н. В. Антонова. - Москва : Юрайт, 2023. - 373 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-00520-2. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=845535&idb=0>.
4. Гавра Д. П. Основы теории коммуникации : учебник / Д. П. Гавра. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 231 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-06317-2. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=846198&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Деловые коммуникации в государственном и муниципальном управлении : учебное пособие / А. С. Никитина, Н. Г. Чевтаева, С. А. Ваторопин, А. С. Ваторопин. - Москва : Юрайт, 2023. - 171 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-13964-8. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=846239&idb=0>.
2. Собольников В. В. Невербальные средства коммуникации : учебное пособие / В. В. Собольников. - 2-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 164 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-05922-9. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=843586&idb=0>.
3. Львова А. С. Педагогические коммуникации: устное деловое общение педагога : учебное пособие / А. С. Львова. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 185 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-10578-0. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=846051&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

Лицензионное программное обеспечение: Операционная система Windows.

Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Office.

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Российский индекс научного цитирования (РИНЦ), платформа Elibrary: национальная информационно-аналитическая система. Адрес доступа: http://elibrary.ru/project_risc.asp

ГАРАНТ. Информационно-правовой портал [Электронный ресурс].– Адрес доступа: <http://www.garant.ru>

Свободно распространяемое программное обеспечение:

программное обеспечение LibreOffice;

программное обеспечение «КонсультантПлюс»;

программное обеспечение Paint.NET

Электронные библиотечные системы и библиотеки:

Электронная библиотечная система "Лань" <https://e.lanbook.com/>

Электронная библиотечная система "Консультант студента" <http://www.studentlibrary.ru/>

Электронная библиотечная система "Юрайт" <http://www.urait.ru/>

Электронная библиотечная система "Znaniium" <http://znaniium.com/>

Фундаментальная библиотека ННГУ. – Адрес доступа: www.lib.unn.ru/

Сайт библиотеки Арзамасского филиала ННГУ. – Адрес доступа: lib.arz.unn.ru

Ресурс «Массовые открытые онлайн-курсы Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского» <https://mooc.unn.ru/>

Портал «Современная цифровая образовательная среда Российской Федерации» <https://online.edu.ru/public/promo>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 37.03.01 - Психология.

Автор(ы): Гусева Наталья Валерьевна, кандидат педагогических наук.

Рецензент(ы): Щелина Тамара Тимофеевна, доктор педагогических наук.

Заведующий кафедрой: Беганцова Ирина Серафимовна, кандидат психологических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 10.12.2025, протокол № 10.