

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
 Должность: ректор  
 Дата подписания: 08.04.2026 13:12:37  
 Уникальный программный ключ:  
 e3a68f3eaaf12c74b54fa998009d746b5df876

**Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:  
 «Самоорганизация и саморазвитие», 1 семестр**

Код, направление подгото	44.04.01 Педагогическое образование
ТОВКИ	
Направленность (профиль)	Мониторинг качества образования
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	психологии
Выпускающая кафедра	Педагогики, профессионального и дополнительного образования

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите один правильный ответ</b> 1. Реализация потенциала личности называется	а) самореализация б) самопознание в) самостоятельность г) самопонимание	низкий
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите один правильный ответ</b> 2. Самопознание субъектом своих внутренних психических актов и состояний называется	а) установкой б) эмоцией в) рефлексией г) регуляцией	низкий
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите один правильный ответ</b> 3. Совокупность всех представлений о различных сторонах своей личности и организма – это:	а) самопознание б) «Я – концепция» в) самооценка г) самореализация	низкий
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите один правильный ответ</b> 4. По Е. Могилевкину, стимулы труда – это:	а) заработная плата, б) признание коллег, в) удовольствие от работы г) самопринятие	низкий
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите один правильный ответ</b> 5. Кем из авторов был разработан современный подход на основе ценностно-смыслового подхода к достижению карьерного успеха	а) Е. Могилевкин б) В. Сандерс в) М Армстронг г) А.Я. Кибанов	низкий
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите все правильные ответы</b> 6. Виды самопознания. Выберите несколько правильных вариантов ответов:	а) самоисповедь б) рефлексия в) наблюдение г) эксперимент д) самоанализ	средний
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите все правильные ответы</b> 7. Е. Могилевкин предложил пятифакторную модель личностных мета-карьерных компетенций, где в качестве ком-	а) карьерная самоэффективность б) интернальный локус контроля в) стиль жизни г) готовность к изменениям и умение учиться д) самооценка	средний

	понентов рассматриваются:		
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите все правильные ответы</b> 8. Факторы самоэффективности – это:	а) опыт непосредственной деятельности, б) косвенный опыт, в) мнение незнакомого человека г) физическое и эмоциональное состояние человека.	средний
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите правильный ответ</b> 9. Субъективно значимые для человека жизненные ориентиры, которые являются основными регуляторами социального поведения личности, и от которых человек не готов отказаться, невзирая на давление различных жизненных обстоятельств - это	Впишите ответ _____	средний
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите все правильные ответы</b> 10. По мнению А. Я. Кибанова, личный жизненный план карьеры руководителя должен состоять из трех основных разделов:	а) оценка жизненной ситуации б) постановка конечных целей карьеры в) частные цели и планы деятельности г) баланс достоинств и недостатков	средний
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите все правильные ответы</b> 11. Стимулы труда – это:	а) заработная плата, б) социальные льготы, в) удовольствие от работы г) удобный временной график работы	средний
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите все правильные ответы</b> 12. Укажите все типы карьер, исходя из критерия занятости и безработицы	а) Стабильная карьера б) Нестабильная карьера в) Комбинированная карьера г) Прекращающаяся карьера	средний
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Закончите фразу:</b> 13. Процесс развития личности как субъекта профессиональной деятельности называется:	Впишите ответ _____	средний
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите все правильные ответы</b> 14. Способности к саморазвитию составляют:	а) умения личности видеть свои недостатки и ограничения; б) анализировать причины ограничений в собственной деятельности; в) умения прислушиваться к авторитетам г) критически оценивать результаты своей работы, причем не только успехи, но и неудачи	средний
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите все правильные ответы</b> 15. Укажите признаки профессионального выгорания:	а) чувство безразличия, эмоционального истощения, изнеможения б) страх сделать что-то неправильно в) дегуманизация г) негативное профессиональное самовосприятие	средний
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите правильную комбинацию ответов</b> 16. Соотнесите условно выделенные группы планирования	1) технологии эффективной самопрезентации 2) технологии определения оптимального карьерного пути	высокий

	карьеры с технологиями, которые к ним относятся:	3) технологии оптимизации постановки карьерных целей и процесса разработки планов карьеры А) карьерограммы, карты карьеры Б) «Сценарий анализа карьеры и разработки личного плана развития», В) портфолио карьерного продвижения Г) технологии разработки плана карьеры А. Я. Кибанова, В. Сандерса	
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите правильную комбинацию ответов</b> 17. Соотнесите типы карьеры исходя из разных оснований выделения типов карьеры	1. Исходя из характера карьерного продвижения 2. По содержанию происходящих в процессе карьерного движения изменений 3. По сферам деятельности 4. По характеру динамики  А) Обычная карьера; Стабильная карьера; Нестабильная карьера; Комбинированная Б) Образовательный тип; Трудовой тип; Политический тип; Научный тип В) «Лестница»; «Трамплин»; «Змея»; «Перепутье» Г) Властная карьера; Квалификационная карьера; Статусная карьера; Монетарная карьера	высокий
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите все правильные ответы</b> 18. Укажите показатели современного взгляда на карьеру (авторский подход Е. Могилевкина)	а) Человек как субъект карьеры б) Непрерывная карьера в) Низкая карьерная динамика г) Карьерный самоменеджмент д) Мета-компетенции е) Локализованная «привязанная» карьера	высокий
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите правильную комбинацию ответов</b> 19. Соотнесите понятие и его трактовку	1. Специалист 2. Профессионал А) подготовленный человек, обладающий профессиональными знаниями, умениями и навыками Б) человек, способный выйти за пределы собственной деятельности для ее оценки, анализа и последующей лучшей организации В) человек, осуществляющий профессиональную деятельность по привычке	высокий
УК -6.1 УК-6.2 УК-6.3	<b>Укажите правильную комбинацию ответов</b> 20. Соотнесите стадию профессионализации и особенности профессиональной мотивации у человека	1. Оптант 2. Интернал 3. Авторитет А – выполнение профессиональных задач среднего уровня сложности, выработкой индивидуального стиля деятельности Б – человек, достигший данной стадии,	высокий

		<p>должен не только уметь решать сложные профессиональные задачи, но и обладать неформальными лидерскими качествами, уметь убеждать, оказывать влияние на коллег по труду.</p> <p>В –собственно профессиональная мотивация на данном этапе у субъекта отсутствует.</p>	
--	--	--	--