

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ИМПЕРАТОРА ПЕТРА I»

УТВЕРЖДАЮ  
Декан Экономического факультета  
А.В. Агибалов  
«25» 06 2021 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**Б1.О.03 Психология современного саморазвития**

Направление подготовки 38.04.01 Экономика

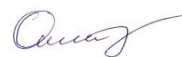
Направленность (профиль) Корпоративный финансовый менеджмент

Квалификация выпускника – магистр

Факультет – Экономический

Кафедра гуманитарных дисциплин, гражданского и уголовного права

Преподаватель, подготовивший рабочую программу:  
доцент, кандидат психологических наук, доцент кафедры гуманитарных дисциплин, гражданского и уголовного права Алтухова Елена Владимировна



Воронеж – 2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – магистратура по направлению подготовки 38.04.01 Экономика (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 11 августа 2020 г. №939).

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры гуманитарных дисциплин, гражданского и уголовного права (протокол №7 от 09 июня 2021 г.).

Заведующий кафедрой

  
подпись

Филоненко Н.В.

Рабочая программа рекомендована к использованию в учебном процессе методической комиссией экономического факультета (протокол №11 от 25.06.2021 г.).

Председатель методической комиссии



(Е.Б. Фалькович)

**Рецензент:** руководитель департамента экономического развития Воронежской области, к.э.н Кустов Данил Александрович

## **1. Общая характеристика дисциплины**

### **1.1. Цель дисциплины**

**Цель** – освоение обучающимися теоретических знаний в области планирования личного и профессионального саморазвития, а также методических подходов к самопрогнозированию и самореализации личности на основе современных научных подходов.

### **1.2. Задачи дисциплины**

**Задачи:**

- дать теоретико-практические знания о стратегиях саморазвития и управления личностными ресурсами;
- сформировать способность к самоорганизации и совершенствованию собственной деятельности;
- обеспечить готовность применять методы и технологии саморазвития для выстраивания путей самореализации и оптимальной профессионализации личности.

### **1.3. Предмет дисциплины**

**Предмет** – закономерности становления и функционирования человека (личности) как субъекта собственного развития.

### **1.4. Место дисциплины в образовательной программе**

Дисциплина Б1.О.03 «Психология современного саморазвития» относится к Блоку 1. Дисциплины (модули), обязательной части.

### **1.5. Взаимосвязь с другими дисциплинами**

Дисциплина Б1.О.03 «Психология современного саморазвития» связана со следующими дисциплинами учебного плана:

- Б1.О.07 Коммуникативные технологии профессионального общения.
- Б1.О.08 Основы межкультурного взаимодействия.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

| Компетенция |                                                                                                                             | Индикатор достижения компетенции |                                                                                                                                          |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Код         | Содержание                                                                                                                  | Код                              | Содержание                                                                                                                               |
| УК-3        | Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывать командную стратегию для достижения поставленной цели     | 31                               | психологические принципы организации и руководства командной работой.                                                                    |
|             |                                                                                                                             | У1                               | определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии         |
|             |                                                                                                                             | Н1                               | использования стратегий и технологий саморазвития и управления личностными ресурсами членов команды для достижения поставленной цели     |
| УК-6        | Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки | 31                               | приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования                                                                       |
|             |                                                                                                                             | У1                               | самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста |
|             |                                                                                                                             | Н1                               | использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления                                      |

## 3. Объем дисциплины и виды работ

### 3.1. Очная форма обучения

| Показатели                                                                        | Семестр | Всего  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|
|                                                                                   | 1       |        |
| Общая трудоёмкость, з.е./ч                                                        | 2 / 72  | 2 / 72 |
| Общая контактная работа, ч                                                        | 24,15   | 24,15  |
| Общая самостоятельная работа, ч                                                   | 47,85   | 47,85  |
| Контактная работа при проведении учебных занятий, в т.ч. (ч)                      | 24,00   | 24,00  |
| лекции                                                                            | 12      | 12,00  |
| практические-всего                                                                | 12      | 12,00  |
| Самостоятельная работа при проведении учебных занятий, ч                          | 39,00   | 39,00  |
| Контактная работа при проведении промежуточной аттестации обучающихся, в т.ч. (ч) | 0,15    | 0,15   |
| зачет                                                                             | 0,15    | 0,15   |
| Самостоятельная работа при промежуточной аттестации, в т.ч. (ч)                   | 8,85    | 8,85   |
| подготовка к зачету                                                               | 8,85    | 8,85   |
| Форма промежуточной аттестации                                                    | зачет   | зачет  |

### 3.2. Заочная форма обучения

| Показатели                                                                        | Курс   | Всего  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|
|                                                                                   | 1      |        |
| Общая трудоёмкость, з.е./ч                                                        | 2 / 72 | 2 / 72 |
| Общая контактная работа, ч                                                        | 6,15   | 6,15   |
| Общая самостоятельная работа, ч                                                   | 65,85  | 65,85  |
| Контактная работа при проведении учебных занятий, в т.ч. (ч)                      | 6,00   | 6,00   |
| лекции                                                                            | 2      | 2,00   |
| практические-всего                                                                | 4      | 4,00   |
| Самостоятельная работа при проведении учебных занятий, ч                          | 57,00  | 57,00  |
| Контактная работа при проведении промежуточной аттестации обучающихся, в т.ч. (ч) | 0,15   | 0,15   |
| зачет                                                                             | 0,15   | 0,15   |
| Самостоятельная работа при промежуточной аттестации, в т.ч. (ч)                   | 8,85   | 8,85   |
| подготовка к зачету                                                               | 8,85   | 8,85   |
| Форма промежуточной аттестации                                                    | зачет  | зачет  |

## 4. Содержание дисциплины

### 4.1. Содержание дисциплины в разрезе разделов и подразделов

**Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований.**

*Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.*

Предмет, цели и задачи психологии саморазвития личности. Ценность и ограничения саморазвития. Соотношение понятий «развитие» и «саморазвитие». Определение понятия «саморазвитие». Сознание и самосознание как органы саморазвития личности. Психологические механизмы саморазвития. Барьеры саморазвития.

*Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.*

Саморазвитие, становление внутреннего мира и жизненный путь личности. Понятие жизненного пути. Самопринятие и самопрогнозирование как механизм саморазвития. Назначение саморазвития на жизненном пути человека. Саморазвитие и зрелость личности.

**Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.**

*Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.*

Характеристика целей саморазвития. Базовые мотивы саморазвития. Жизненные принципы и жизненные ориентации как мотивирующие факторы саморазвития человека. Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация. Специфические психологические средства саморазвития.

*Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.*

Цели и мотивы самопознания. Способы и средства самопознания. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания. Самообразование как средство саморазвития. Самовоспитание как средство саморазвития. Проблемы формирования культуры самовоспитания личности.

### Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности.

#### Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.

Возрастные этапы саморазвития. Возрастные особенности развития самосознания и самопознания как необходимого условия саморазвития личности. Становление субъектной позиции и социальной активности как качественной характеристики саморазвития личности. Общая характеристика процесса психолого-педагогического сопровождения саморазвития: педагогические и психологические технологии, ориентированные на саморазвитие личности.

#### Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.

Общая характеристика профессионального саморазвития личности. Профессиональное самопознание как условие профессионального саморазвития личности. Профессиональное формирование и профессиональное развитие личности. Стратегии и техники оптимального формирования профессионала.

### 4.2. Распределение контактной и самостоятельной работы при подготовке к занятиям по подразделам

#### 4.2.1. Очная форма обучения

| Разделы, подразделы дисциплины                                                     | Контактная работа |          |           | СР        |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------|-----------|-----------|
|                                                                                    | лек-ции           | ЛЗ       | ПЗ        |           |
| Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований. | 4                 | -        | 4         | 12        |
| Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.                         | 2                 | -        | 2         | 6         |
| Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.                  | 2                 | -        | 2         | 6         |
| Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.                   | 4                 | -        | 4         | 14,5      |
| Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.                                  | 2                 | -        | 2         | 8         |
| Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.                              | 2                 | -        | 2         | 6,5       |
| Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности.         | 4                 | -        | 4         | 12,5      |
| Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.                       | 2                 | -        | 2         | 6,5       |
| Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.                             | 2                 | -        | 2         | 6         |
| <b>Всего</b>                                                                       | <b>12</b>         | <b>-</b> | <b>12</b> | <b>39</b> |

#### 4.2.2. Заочная форма обучения

| Разделы, подразделы дисциплины                       | Контактная работа |    |    | СР |
|------------------------------------------------------|-------------------|----|----|----|
|                                                      | лек-ции           | ЛЗ | ПЗ |    |
| Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте | 0,5               | -  | 1  | 16 |

|                                                                            |            |   |          |             |
|----------------------------------------------------------------------------|------------|---|----------|-------------|
| психологических исследований.                                              |            |   |          |             |
| Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.                 | 0,5        | - | 0,5      | 8           |
| Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.          | -          | - | 0,5      | 8           |
| Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.           | <b>1</b>   | - | <b>1</b> | <b>20,5</b> |
| Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.                          | 0,5        | - | 0,5      | 10          |
| Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.                      | 0,5        | - | 0,5      | 10,5        |
| Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности. | <b>0,5</b> | - | <b>2</b> | <b>20,5</b> |
| Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.               | -          | - | 1        | 10,5        |
| Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.                     | 0,5        | - | 1        | 10          |
| <b>Всего</b>                                                               | <b>2</b>   | - | <b>4</b> | <b>57</b>   |

#### 4.3. Перечень тем и учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся

| №<br>п/п                                                                           | Тема самостоятель-<br>ной работы                                        | Учебно-методическое обеспечение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Объём, ч       |         |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|
|                                                                                    |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | форма обучения |         |
|                                                                                    |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | очная          | заочная |
| Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований. |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                |         |
| 1.                                                                                 | Подраздел 1.1.<br>Общая характери-<br>стика саморазви-<br>тия личности. | Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответ-<br>ствии с методическими указаниями и кур-<br>сом лекций:<br>1. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обу-<br>чения (уровень магистратура) / Воронеж-<br>ский государственный аграрный универси-<br>тет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г.<br>М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский<br>государственный аграрный университет,<br>2021 [ПТ] URL: | 6              | 8       |

|                                                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |     |      |
|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|
| 2.                                                                         | Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности. | <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf</a><br>2. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf</a> | 6   | 8    |
| Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.           |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |     |      |
| 3.                                                                         | Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.                 | Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с методическими указаниями и курсом лекций:<br>1. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf</a>                 | 8   | 10   |
| 4.                                                                         | Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.             | 2. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf</a>                                                                                                              | 6,5 | 10,5 |
| Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности. |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |     |      |

|        |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |     |      |
|--------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|
| 5.     | Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности. | <p>Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с методическими указаниями и курсом лекций:</p> <p>1. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf</a></p> <p>2. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf</a></p> | 6,5 | 10,5 |
| 6.     | Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 6   | 10   |
| Всего: |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 39  | 57   |

## 5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации и текущего контроля

### 5.1. Этапы формирования компетенций

| Подраздел дисциплины                                              | Компетенция | Индикатор достижения компетенции |
|-------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------|
| Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.        | УК-3        | З1                               |
|                                                                   | УК-6        | З1                               |
| Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности. | УК-3        | З1                               |
|                                                                   | УК-6        | З1                               |
| Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.                 | УК-3        | З1                               |
|                                                                   |             | У1                               |
|                                                                   |             | Н1                               |
|                                                                   | УК-6        | З1                               |
|                                                                   |             | У1                               |
|                                                                   |             | Н1                               |

|                                                              |      |                |
|--------------------------------------------------------------|------|----------------|
| Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.        | УК-3 | З1<br>У1<br>Н1 |
|                                                              | УК-6 | З1<br>У1<br>Н1 |
| Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности. | УК-3 | З1<br>У1<br>Н1 |
|                                                              | УК-6 | З1<br>У1<br>Н1 |
| Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.       | УК-3 | З1<br>У1<br>Н1 |
|                                                              | УК-6 | З1<br>У1<br>Н1 |

## 5.2. Шкалы и критерии оценивания достижения компетенций

### 5.2.1. Шкалы оценивания достижения компетенций

| Вид оценки                                 | Оценки     |         |
|--------------------------------------------|------------|---------|
| Академическая оценка по 2-х балльной шкале | не зачтено | зачтено |

### 5.2.2. Критерии оценивания достижения компетенций

#### Критерии оценки на зачете

| Оценка, уровень достижения компетенций | Описание критериев                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Зачтено, высокий                       | Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя отличное знание освоенного материала и умение самостоятельно решать сложные задачи дисциплины                        |
| Зачтено, продвинутый                   | Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя хорошее знание освоенного материала и умение самостоятельно решать стандартные задачи дисциплины                     |
| Зачтено, пороговый                     | Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя знание основ освоенного материала и умение решать стандартные задачи дисциплины с помощью преподавателя              |
| Не зачтено, компетенция не освоена     | Студент выполнил не все задания, предусмотренные рабочей программой или не отчитался об их выполнении, не подтверждает знание освоенного материала и не умеет решать стандартные задачи дисциплины даже с помощью преподавателя |

## Критерии оценки тестов

| Оценка, уровень достижения компетенций      | Описание критериев                                 |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Отлично, высокий                            | Содержание правильных ответов в тесте не менее 90% |
| Хорошо, продвинутый                         | Содержание правильных ответов в тесте не менее 75% |
| Удовлетворительно, пороговый                | Содержание правильных ответов в тесте не менее 50% |
| Неудовлетворительно, компетенция не освоена | Содержание правильных ответов в тесте менее 50%    |

## Критерии оценки устного опроса

| Оценка, уровень достижения компетенций | Описание критериев                                                                                                                              |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Зачтено, высокий                       | Студент демонстрирует уверенное знание материала, четко выражает свою точку зрения по рассматриваемому вопросу, приводя соответствующие примеры |
| Зачтено, продвинутый                   | Студент демонстрирует уверенное знание материала, но допускает отдельные погрешности в ответе                                                   |
| Зачтено, пороговый                     | Студент демонстрирует существенные пробелы в знаниях материала, допускает ошибки в ответах                                                      |
| Не зачтено, компетенция не освоена     | Студент демонстрирует незнание материала, допускает грубые ошибки в ответах                                                                     |

## Критерии оценки решения задач

| Оценка, уровень достижения компетенций | Описание критериев                                                                                                                                 |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Зачтено, высокий                       | Студент уверенно знает методику и алгоритм решения задачи, не допускает ошибок при ее выполнении.                                                  |
| Зачтено, продвинутый                   | Студент в целом знает методику и алгоритм решения задачи, не допускает грубых ошибок при ее выполнении.                                            |
| Зачтено, пороговый                     | Студент в целом знает методику и алгоритм решения задачи, допускает ошибок при ее выполнении, но способен исправить их при помощи преподавателя.   |
| Не зачтено, компетенция не освоена     | Студент не знает методику и алгоритм решения задачи, допускает грубые ошибки при ее выполнении, не способен исправить их при помощи преподавателя. |

## Критерии оценки докладов

| Оценка, уровень достижения | Описание критериев |
|----------------------------|--------------------|
|----------------------------|--------------------|

| компетенций                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Зачтено, высокий                   | Структура, содержание и оформление доклада полностью соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы актуальные источники информации, отсутствуют орфографические, синтаксические и стилистические ошибки                                     |
| Зачтено, продвинутый               | Структура, содержание и оформление доклада полностью соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы актуальные источники информации, имеются отдельные орфографические, синтаксические и стилистические ошибки                               |
| Зачтено, пороговый                 | Структура, содержание и оформление доклада в целом соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы как актуальные, так и устаревшие источники информации, имеются отдельные орфографические, синтаксические и стилистические ошибки           |
| Не зачтено, компетенция не освоена | Структура, содержание и оформление доклада не соответствуют предъявляемым требованиям, актуальность темы не обоснована, отсутствуют четкие формулировки, использованы преимущественно устаревшие источники информации, имеются в большом количестве орфографические, синтаксические и стилистические ошибки |

### 5.3. Материалы для оценки достижения компетенций

#### 5.3.1. Оценочные материалы промежуточной аттестации

##### 5.3.1.1. Вопросы к экзамену - «Не предусмотрены»

##### 5.3.1.2. Задачи к экзамену - «Не предусмотрены»

##### 5.3.1.3. Вопросы к зачету с оценкой - «Не предусмотрены»

##### 5.3.1.4. Вопросы к зачету

| №  | Содержание                                                                                      | Компетенция  | ИДК      |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------|
| 1. | Обозначьте основные исследовательские задачи психологии современного саморазвития.              | УК-3         | 31       |
| 2. | Понятие о личности. Человек как активный субъект своей жизни.                                   | УК-3         | 31       |
| 3. | Основные положения психологии современного саморазвития в отечественной и зарубежной науке.     | УК-3         | 31       |
| 4. | Дайте определение понятиям «самосознание», «самопознание», «саморазвитие» и охарактеризуйте их. | УК-3         | 31       |
| 5. | Проблема идентичности в психологии современного саморазвития.                                   | УК-3         | 31       |
| 6. | Личность, ее саморазвитие в контексте теорий психологии.                                        | УК-3         | 31       |
| 7. | Идентификация как механизм самопознания.                                                        | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 8. | Рефлексия как механизм самопознания.                                                            | УК-3         | 31       |

|     |                                                                                     |                  |                      |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------|
|     |                                                                                     | УК-6             | 31                   |
| 9.  | Самопринятие как механизм саморазвития.                                             | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 10. | Самопрогнозирование личности как механизм саморазвития.                             | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 11. | Проблема самоактуализации в теории А. Маслоу.                                       | УК-3<br><br>УК-6 | 31<br>У1<br>31       |
| 12. | Барьеры саморазвития.                                                               | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 13. | Понятие личностного роста в психологии современного саморазвития.                   | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 14. | Биография, жизненный путь человека.                                                 | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 15. | Само-менеджмент и тайм-менеджмент.                                                  | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 16. | Профессиональное становление и профессиональное развитие личности.                  | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 17. | Компетентность и пути самосовершенствования в профессиональной области.             | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 18. | Профессиональное самопознание как условие профессионального саморазвития личности.  | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 19. | Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация.       | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 20. | Возрастные особенности развития самосознания и самопознания.                        | УК-3<br>УК-6     | 31<br>31             |
| 21. | Общая характеристика процесса психолого-педагогического сопровождения саморазвития. | УК-3             | 31<br>У1             |
| 22. | Барьеры на пути профессионального развития, варианты их преодоления.                | УК-3<br><br>УК-6 | 31<br>У1<br>31<br>У1 |
| 23. | Методика разработки личных жизненных планов.                                        | УК-3<br><br>УК-6 | 31<br>У1<br>31<br>У1 |
| 24. | Кризисы профессионального развития                                                  | УК-3<br><br>УК-6 | 31<br>У1<br>31<br>У1 |
| 25. | Условия саморазвития и оптимизации профессиональных достижений личности.            | УК-3<br><br>УК-6 | 31<br>У1<br>31<br>У1 |

**5.3.1.5. Перечень тем курсовых проектов (работ) - «Не предусмотрен»**

**5.3.1.6. Вопросы к защите курсового проекта (работы) - «Не предусмотрены»**

**5.3.2. Оценочные материалы текущего контроля**

## 5.3.2.1. Вопросы тестов

| №                                       | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Компетенция                             | ИДК         |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
| 1.                                      | <p><b>Установите правильное соответствие</b> между понятиями (левый столбец) и их определениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table><tr><th>Понятия</th><th>Определения</th></tr><tr><td>А. Личность</td><td>1. человек как единичное существо</td></tr><tr><td>Б. Индивид</td><td>2. характеристика человеческого существа</td></tr><tr><td>В. Субъект деятельности</td><td>3. Носитель сознания способностью к деятельности</td></tr></table>                                                                                                                                                                                                                                           | Понятия                                 | Определения | А. Личность | 1. человек как единичное существо                                                                    | Б. Индивид     | 2. характеристика человеческого существа                                                             | В. Субъект деятельности | 3. Носитель сознания способностью к деятельности                                                       | УК-3 | 31 |
| Понятия                                 | Определения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                         |             |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| А. Личность                             | 1. человек как единичное существо                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                         |             |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| Б. Индивид                              | 2. характеристика человеческого существа                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                         |             |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| В. Субъект деятельности                 | 3. Носитель сознания способностью к деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                         |             |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| 2.                                      | <p><b>Выберите правильный ответ.</b> Деятельность – это...</p> <p>1. динамическая система взаимодействия субъекта с миром;<br/>2. взаимодействие человека с животным миром;<br/>3. система трудовых отношений.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | УК-3                                    | 31          |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| 3.                                      | <p><b>Установите правильное соответствие</b> между психологическими характеристиками личности (левый столбец) и их определениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table><tr><th>Психологические характеристики личности</th><th>Определения</th></tr><tr><td>А. Характер</td><td>1. Сознательное регулирование поведения, связанного с преодолением внутренних и внешних препятствий.</td></tr><tr><td>Б. Темперамент</td><td>2. Система устойчивых свойств, лежащих в основе поведения человека в отношении к выполняемой работе.</td></tr><tr><td>В. Воля</td><td>3. Совокупность индивидуальных характеристик, характеризующих динамическую сторону поведения человека.</td></tr></table> | Психологические характеристики личности | Определения | А. Характер | 1. Сознательное регулирование поведения, связанного с преодолением внутренних и внешних препятствий. | Б. Темперамент | 2. Система устойчивых свойств, лежащих в основе поведения человека в отношении к выполняемой работе. | В. Воля                 | 3. Совокупность индивидуальных характеристик, характеризующих динамическую сторону поведения человека. | УК-3 | 31 |
| Психологические характеристики личности | Определения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                         |             |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| А. Характер                             | 1. Сознательное регулирование поведения, связанного с преодолением внутренних и внешних препятствий.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                         |             |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| Б. Темперамент                          | 2. Система устойчивых свойств, лежащих в основе поведения человека в отношении к выполняемой работе.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                         |             |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| В. Воля                                 | 3. Совокупность индивидуальных характеристик, характеризующих динамическую сторону поведения человека.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                         |             |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| 4.                                      | <p><b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> В процессе познания другого человека одновременно осуществляется несколько процессов:</p> <p>1. эмоциональная оценка другого;<br/>2. интерпретация его поведения и попытка понять причины его поведения;<br/>3. построение стратегии воздействия на собеседника;<br/>4. построение собственной стратегии поведения;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК-3                                    | Н1          |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |
| 5.                                      | <p><b>Выберите правильный ответ.</b> Стратегия взаимодействия – это:</p> <p>1. совокупность доминирующих особенностей поведения человека в отношениях с другими людьми;<br/>2. типичная форма эмоционального реагирования на нестандартные ситуации общения;<br/>3. совокупность когнитивных процессов, порождаемых ситуацией общения;<br/>4. образ возможного поведения, существующий до ситуации общения;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | УК-3                                    | 31          |             |                                                                                                      |                |                                                                                                      |                         |                                                                                                        |      |    |

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                            |                              |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------|------|----|
| 6.                                           | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому называется:<br>1. соперничество;<br>2. конкуренция;<br>3. компромисс;<br>4. приспособление;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | УК-3                       | У1                           |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| 7.                                           | <b>Выберите правильный ответ.</b> Отсутствие стремления, как к достижению собственных целей, так и к удовлетворению интересов другого называется:<br>1. конкуренция<br>2. избегание<br>3. кооперация<br>4. сотрудничество                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | УК-3                       | У1                           |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| 8.                                           | <b>Выберите правильный ответ.</b> В психологии под рефлексией понимается<br>1. познание субъектом самого себя<br>2. осознание действующим субъектом того, как он воспринимается партнером по общению<br>3. бессознательное стремление откликнуться на проблемы человека<br>4. принятие позиции другого человека;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | УК-3                       | 31                           |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| 9.                                           | <b>Выберите правильный ответ.</b> Структура личности в психологии:<br>1. классификация профессиональных навыков человека;<br>2. совокупность характеристик, которая демонстрирует психологические особенности человека;<br>3. этапы прохождения личностного роста индивидом.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | УК-3                       | 31                           |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| 10.                                          | <b>Выберите правильный ответ.</b> Под внутривидовой формой продвижения следует понимать:<br>1. повышение квалификационного разряда и профессионального мастерства<br>2. освоение смежных профессий<br>3. ротацию                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | УК-3                       | У1                           |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| 11.                                          | <b>Установите правильное соответствие</b> между психическими сферами личности (левый столбец) и их компонентами (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз<br><table><tr><td>Психические сферы личности</td><td>Компоненты сфер личности</td></tr><tr><td>А. Познавательная</td><td>1. Задатки, способности, темперамент, характер.</td></tr><tr><td>Б. Эмоционально-волевая</td><td>2. Мышление и воображение, память и ощущения, внимание и восприятие.</td></tr><tr><td>В. Индивидуально-психологические особенности</td><td>3. Эмоциональные состояния, чувства, воля.</td></tr></table> | Психические сферы личности | Компоненты сфер личности     | А. Познавательная | 1. Задатки, способности, темперамент, характер. | Б. Эмоционально-волевая | 2. Мышление и воображение, память и ощущения, внимание и восприятие. | В. Индивидуально-психологические особенности | 3. Эмоциональные состояния, чувства, воля. | УК-3 | 31 |
| Психические сферы личности                   | Компоненты сфер личности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                            |                              |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| А. Познавательная                            | 1. Задатки, способности, темперамент, характер.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                            |                              |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| Б. Эмоционально-волевая                      | 2. Мышление и воображение, память и ощущения, внимание и восприятие.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                            |                              |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| В. Индивидуально-психологические особенности | 3. Эмоциональные состояния, чувства, воля.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                              |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| 12.                                          | <b>Установите правильное соответствие</b> между уровнями профессиональных деформаций (левый столбец) и их характеристиками (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.<br><table><tr><td>Уровни профессиональных</td><td>Характеристика уровня дефор-</td></tr></table>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Уровни профессиональных    | Характеристика уровня дефор- | УК-3              | У1                                              |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |
| Уровни профессиональных                      | Характеристика уровня дефор-                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                            |                              |                   |                                                 |                         |                                                                      |                                              |                                            |      |    |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |    |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|     | деформаций                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | мации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |      |    |
|     | А. Общепрофессиональные деформации                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1. Деформации, развивающиеся на основе каких-либо способностей – организаторских, коммуникативных, интеллектуальных и др. (комплекс превосходства, гипертрофированный уровень притязаний, нарциссизм).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |      |    |
|     | Б. Профессионально-типологическим деформации                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2. Типичные для работников данной профессии. Для врачей характерен синдром «сострадательной усталости», выражающийся в эмоциональной индифферентности к страданиям больных. У сотрудников правоохранительных органов развивается синдром «асоциальной перцепции», при котором каждый гражданин воспринимается как потенциальный правонарушитель; у руководителей — синдром «вседозволенности», выражающийся в нарушении профессиональных и этических норм, стремлении манипулировать профессиональной жизнью подчиненных. |      |    |
|     | В. Специальные профессиональные деформации                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 3. Возникают в процессе специализации по профессии. Любая профессия объединяет несколько специальностей. Каждая специальность имеет свой состав деформаций. Так, у следователя появляется правовая подозрительность, у оперативного работника — актуальная агрессивность, у адвоката — профессиональная изворотливость, у прокурора — обвинительность. Врачи разных специальностей тоже обрастают своими деформациями. Терапевты ставят угрожающие диагнозы, хирурги циничны, медсестры черствы и равнодушны.             |      |    |
| 13. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа. Психологические теории личности позволяют:</b><br>1. Предсказывать определенные изменения в поведении субъекта<br>2. Объяснять прошлые и настоящие события в жизни человека<br>3. Определить судьбу человека<br>4. Сформировать личность человека с заданными параметрами |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | УК-3 | 31 |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |    |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
| 14. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Сущностью активности личности является:<br>1. Способность человека многое делать в ограниченный срок<br>2. Способность человека производить общественно значимые преобразования в мире на основе присвоения богатств материальной и духовной культуры, проявляющаяся в общении, волевых актах, творчестве<br>3. Собственная динамика живого существа как источник преобразования и поддержания жизненно значимых связей с окружающим миром<br>4. Высокая подвижность нервной системы | УК-3 | У1 |
| 15. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Данные утверждения о жизненном пути личности являются верными:<br>1. жизненный путь личности зависит от макро- и микросреды и ее развития<br>2. жизненный путь личности зависит только от макросреды и ее развития<br>3. основной единицей жизненного пути является переживание<br>4. основной единицей жизненного пути является событие                                                                                                                        | УК-3 | 31 |
| 16. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Данные утверждения о личностном поведении являются верными:<br>1. Без ролей и статусов личностное поведение не сформировалось бы<br>2. Личностное поведение – это преодоление ролевого и статусного поведения<br>3. Самостоятельность и ответственность – ключевые характеристики личностного поведения<br>4. Навык и привычка являются личностными актами                                                                                                      | УК-3 | 31 |
| 17. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Я-концепция оказывает влияние на жизнедеятельность человека:<br>1. Только в детском и подростковом возрасте<br>2. В зрелом и пожилом возрасте<br>3. Только в зрелом возрасте<br>4. На всех возрастных стадиях                                                                                                                                                                                                                                                                        | УК-3 | 31 |
| 18. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Понятие «развитие личности» отличается от понятия «формирование личности» тем, что:<br>1. развивать можно только то, что уже существует<br>2. формировать можно только то, что уже существует<br>3. в случае с формированием роль овладевает личностью<br>4. в случае с развитием личность овладевает ролью                                                                                                                                                     | УК-3 | У1 |
| 19. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Самоэффективность личности в концепции А. Бандуры позволяет:<br>1. расширять возможности выбора деятельности, необходимой для достижения значимого результата<br>2. более отчетливо осознавать смысл жизни<br>3. с большей активностью преодолевать препятствия, стоящие на пути достижения цели<br>4. с большей степени верить в свои способности                                                                                                              | УК-3 | У1 |
| 20. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Каковы критерии сформированности личности по Л.И. Божович?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | УК-3 | 31 |

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                             |                                                       |                                      |                                                                                           |      |    |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|                                      | 1. Сознательное руководство собственным поведением<br>2. Спонтанность поведения<br>3. Иерархия мотивов<br>4. Опосредованность поведения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                             |                                                       |                                      |                                                                                           |      |    |
| 21.                                  | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Самоактуализация является, по мнению А. Маслоу, редким феноменом, т.к.:<br>1. Многие люди не понимают пользы, смысла самосовершенствования<br>2. Многие люди просто не видят своих возможностей, не подозревают об их существовании<br>3. У них присутствует страх успеха (комплекс Ионы)<br>4. У них слишком позитивное самовосприятие                                                                                      | УК-3                        | Н1                                                    |                                      |                                                                                           |      |    |
| 22.                                  | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Люди, которые ориентированы, прежде всего, на потребление, имеют, с точки зрения гуманистической психологии, следующие симптомы:<br>1. Часто проявляют настойчивость в достижении значимых целей<br>2. Стремятся жить только сегодняшним днём<br>3. У них частым является неэтичное поведение<br>4. Они не желают видеть что-нибудь достойное, возвышенное в жизни                                                           | УК-3                        | У1                                                    |                                      |                                                                                           |      |    |
| 23.                                  | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> К характеристикам самоактуализирующейся личности А. Маслоу относил:<br>1. Полное поглощение культурой<br>2. Непосредственность, простота и естественность<br>3. Относительная независимость от других, потребность в уединении<br>4. Неглубокие межличностные отношения                                                                                                                                                      | УК-3                        | У1                                                    |                                      |                                                                                           |      |    |
| 24.                                  | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Условиями для укрепления психологического здоровья, развития психологического благополучия и становления качественной жизни выступают:<br>а) способность жить сообразно культуре и преодолевая культуру<br>б) творческие переживания личности<br>в) признание достоинства и безусловной ценности Другого<br>г) ответы а, б, в не верны                                                                                       | УК-3                        | Н1                                                    |                                      |                                                                                           |      |    |
| 25.                                  | <b>Установите правильную последовательность</b> возникновения последствий профессиональных деформаций:<br>1. Снижение продуктивности профессиональной деятельности личности<br>2. Неудовлетворенность жизнью и социальным окружением<br>3. Психическая напряженность<br>4. Конфликты, кризисы                                                                                                                                                                                       | УК-3                        | Н1                                                    |                                      |                                                                                           |      |    |
| 26.                                  | <b>Установите правильное соответствие</b> между профессиональными деформациями (левый столбец) и их проявлениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз. <table><tr><td>Профессиональная деформация</td><td>Проявление деформации в профессиональной деятельности</td></tr><tr><td>А. Профессиональная индифферентность</td><td>1. Превышение властных функций, склонность к распоряжениям и приказам. Требовательность и</td></tr></table> | Профессиональная деформация | Проявление деформации в профессиональной деятельности | А. Профессиональная индифферентность | 1. Превышение властных функций, склонность к распоряжениям и приказам. Требовательность и | УК-3 | У1 |
| Профессиональная деформация          | Проявление деформации в профессиональной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                             |                                                       |                                      |                                                                                           |      |    |
| А. Профессиональная индифферентность | 1. Превышение властных функций, склонность к распоряжениям и приказам. Требовательность и                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                             |                                                       |                                      |                                                                                           |      |    |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                |      |    |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | безапелляционность. Нетерпимость к критике со стороны коллег                                                                                                                   |      |    |
|     | Б. Демонстративность                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2. Проявление равнодушия, эмоциональной сухости и жесткости. Игнорирование индивидуальных особенностей коллег. Негативное восприятие этических норм и правил поведения         |      |    |
|     | В. Доминантность                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 3. Чрезмерная эмоциональность, самопрезентация. Управленческая деятельность — средство самоутверждения на фоне профессионального коллектива. Демонстрация своего превосходства |      |    |
| 27. | <b>Установите правильную последовательность</b> стадий саморазвития личности<br>1. Составление плана саморазвития<br>2. Проведение самодиагностики, изучение слабых и сильных сторон<br>3. Составление перечня наиболее важных компетенций, которые необходимо развить для реализации своей цели<br>4. Определение перспектив развития своего персонального потенциала |                                                                                                                                                                                | УК-3 | Н1 |
| 28. | <b>Установите правильную последовательность</b> уровней составления программы саморазвития:<br>1. Уровень – текущий (периоды в пределах квартала, недели, дня).<br>2. Уровень – оперативный (план на год);<br>3. Уровень – перспективный или стратегический план саморазвития личности, что позволяет планировать деятельность примерно на три- пять лет;              |                                                                                                                                                                                | УК-3 | Н1 |
| 29. | <b>Установите правильное соответствие</b> между инструментами тайм-менеджмента (левый столбец) и их характеристикой (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                | УК-3 | Н1 |
|     | Инструменты тайм-менеджмента                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Характеристика инструментов тайм-менеджмента                                                                                                                                   |      |    |
|     | А. Метод Парето                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1. Это метод, который предполагает поминутную запись того, что делает человек                                                                                                  |      |    |
|     | Б. Хронометраж                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2. Предлагает разделять все дела по категориям срочности и важности                                                                                                            |      |    |
|     | В. «Матрица Эйзенхауэра»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 3. (закон 80/20) 80% задач может быть решено за 20% затрачиваемого времени; на оставшиеся 20% задач тратится 80% затрачиваемого времени                                        |      |    |
| 30. | <b>Установите правильную последовательность</b> этапов постановки целей:                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                | УК-3 | Н1 |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |    |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|     | 1. Анализ своих ресурсов<br>2. Формулирование своей цели<br>3. Формулировка конкретных задач, контрольных показателей, которые в дальнейшем будут использоваться в планировании (ежедневное, недельное, месячное и т.п.) и оценке результативности плановых мероприятий по жизненной навигации<br>4. Построение «дерева целей» |      |    |
| 31. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).</b><br>_____ – это совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих направленность деятельности.                                                                                                                | УК-3 | У1 |
| 32. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).</b><br>_____ – это такие особенности человека, которые позволяют ему успешно овладеть тем или иным видом деятельности, профессией.                                                                                                                        | УК-3 | 31 |
| 33. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Стремление субъектов взаимодействия идти на взаимные уступки и реализовывать свои интересы с учетом интересов противоположной стороны, называется _____.                                                                                                                                  | УК-3 | У1 |
| 34. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Стремление субъектов взаимодействия к поиску альтернатив, полностью удовлетворяющих интересы обеих сторон, называется _____.                                                                                                                                                              | УК-3 | 31 |
| 35. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Открытое столкновение противоположных позиций, интересов, взглядов, мнений субъектов взаимодействия называется _____.                                                                                                                                                                     | УК-3 | 31 |
| 36. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Податливость человека давлению группы и принятие им группового мнения, которого он первоначально не разделял, проявляющееся в изменении его поведения и установок, называется _____.                                                                                                      | УК-3 | 31 |
| 37. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Совокупность внутригрупповых социально-психологических процессов и явлений, характеризующих весь цикл жизнедеятельности группы и его этапы – это _____.                                                                                                                                   | УК-3 | У1 |
| 38. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Психологическое препятствие на пути адекватной передачи информации между партнерами по общению является _____ барьер.                                                                                                                                                                     | УК-3 | Н1 |
| 39. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Человек, который в командной работе выводит команду из состояния равновесия, носит название (по классификации командных ролей) _____.                                                                                                                                                     | УК-3 | У1 |
| 40. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Состояние человека, вызываемое непреодолимыми трудностями, возникающими на пути к достижению цели, определяется как _____.                                                                                                                                                                | УК-3 | 31 |
| 41. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Люди, которые после неудачи проявляют больший интерес к дея-                                                                                                                                                                                                                              | УК-3 | У1 |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |    |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|     | тельности, стремятся вернуться к нерешенной задаче, имеют мотивацию достижения _____.                                                                                                                                                                                                                                                  |      |    |
| 42. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Феномен социальной фасилитации проявляется в том случае, когда присутствие стороннего наблюдателя _____ эффективность работы.                                                                                                                                                                     | УК-3 | 31 |
| 43. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Одно из отличий команды от группы – это _____ ролей, что позволяет ей более эффективно решать задачи.                                                                                                                                                                                             | УК-3 | 31 |
| 44. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ план развития (ИПР) – это комплекс мер по развитию сотрудника для повышения его эффективности.                                                                                                                                                                                              | УК-3 | Н1 |
| 45. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).</b><br>Непрерывное _____ это процесс роста образовательного (общего и профессионального) потенциала личности в течение всей жизни на основе использования системы государственных и общественных институтов и в соответствии с потребностями личности и общества. | УК-3 | Н1 |
| 46. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).</b><br>Профессиональное _____ – совокупность негативных переживаний, связанных с работой, коллективом и всей организацией в целом. Проявляется в истощении психофизиологических ресурсов, необходимых для успешного выполнения профессиональной деятельности.     | УК-3 | Н1 |
| 47. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Включенность в _____ деятельность является интегральным критерием взрослости.                                                                                                                                                                                                                     | УК-3 | 31 |
| 48. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Иерархическая система потребностей личности называется _____ А. Маслоу.                                                                                                                                                                                                                           | УК-3 | 31 |
| 49. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>В качестве системообразующего основания, обеспечивающего приобщение человека к миру культуры и его саморазвитие, выступает совместная _____.                                                                                                                                                      | УК-3 | 31 |
| 50. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Структуру самосогласующейся и единой личности А. Адлер определял как _____ жизни.                                                                                                                                                                                                                 | УК-3 | 31 |
| 51. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Тот предмет (идея, цель), который длительно и стойко насыщался положительными эмоциями, превращается в самостоятельный.                                                                                                                                                                           | УК-3 | У1 |
| 52. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Деятельность человека, направленная на изменение и преобразование действительности ради удовлетворения своих потребностей, на создание материальных и духовных ценностей, называется _____.                                                                                                       | УК-3 | 31 |
| 53. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Совокупность устойчивых мотивов, определяющих поведение личности независимо от конкретных условий, есть:                                                                                                                                                                                          | УК-3 | У1 |
| 54. | <b>Запишите правильный ответ.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | УК-3 | У1 |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |      |    |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|     | Склонность личности видеть источники управления своей жизнью либо преимущественно во внешней среде, либо в самой себе называется _____ контроля.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |      |    |
| 55. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Осознаваемый результат, на достижение которого направлено поведение называется:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | УК-3 | У1 |
| 56. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Личностный кризис всегда имеет _____ последствия для личности, изменяет что-то в человеке или в его образе жизни.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | УК-3 | 31 |
| 57. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ личностного роста – занятия, направленные на раскрытие и совершенствование личностных качеств человека. На таких тренингах акцент делается не на то, чтобы лучше адаптировать человека в окружающем мире и социуме (этим занимаются, например, коммуникативные тренинги), а на самопознании, саморазвитии и самопринятии, изменении привычных стереотипов поведения и мышления, увеличении спонтанности, удовлетворенности собой и качеством своей жизни. | УК-3 | Н1 |
| 58. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Прежде всего, нужно отметить, что _____ целей – это перечень задач, созданный по принципу иерархии и имеющий чёткую структуру. Здесь работает следующий принцип: более низкие задачи являются основой для достижения более высоких, а в самом верху пирамиды находится главная, генеральная цель. Поэтому для восхождения к вершине необходимо разложить её на более мелкие задания, совокупное прохождение которых способствует достижению главной установки.  | УК-3 | Н1 |
| 59. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Техника неврологических уровней, или _____ Дилтса – это концепция, помогающая понять смысл действий человека на разных уровнях. Она исследует конкретную задачу/цель с помощью постепенного перехода от уровня повседневной жизни до уровня, где человек полностью осмысливает свою миссию и предназначение.                                                                                                                                                    | УК-3 | Н1 |
| 60. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Для развития карьеры работнику необходимо наличие индивидуального плана развития, постановки цели, использование _____ организации.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | УК-3 | Н1 |
| 61. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Раскрытие творческого потенциала личности является<br>1. важным залогом роста профессионализма личности<br>2. способом организации рефлексивной деятельности<br>3. предпосылкой развития волевых качеств личности<br>4. переживанием радости от успеха в работе                                                                                                                                                                                                    | УК-6 | 31 |
| 62. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Активизация рефлексивно-инновационного потенциала развивающейся личности связана<br>1. с развитием рефлексивной культуры<br>2. с готовностью принять помощь и оказать ее другим<br>3. со склонностью сильно увлекаться своей работой<br>4. с переживанием радости от успеха в работе                                                                                                                                                                               | УК-6 | У1 |
| 63. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Жизненный путь личности с точки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | УК-6 | У1 |

|                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                          |                                                                            |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------|------|----|
|                                                                          | зрения психологии:<br>1. развитие и формирование личности в социуме;<br>2. прохождение этапов взросления с раннего возраста до глубокой старости;<br>3. профессиональный и карьерный рост индивида.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                          |                                                                            |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
| 64.                                                                      | <b>Выберите правильный ответ.</b> Мотивы личности в психологии:<br>1. движущая и направляющая сила деятельности;<br>2. тайны и желания индивида;<br>3. факторы, объясняющие поведения индивида.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК-6                                                                     | 31                                                                         |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
| 65.                                                                      | <b>Выберите правильный ответ.</b> Понятие успешной карьеры и успешного карьерного поведения связывают:<br>1. с последовательностью изменений профессий, статусов, ролей, видов работ и т.д.<br>2. с успешным профессиональным самоопределением<br>3. с социальной адаптивностью и успешностью жизненного пути<br>4. с более или менее структурированным и осознанным жизненным и профессиональным проектом                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | УК-6                                                                     | У1                                                                         |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
| 66.                                                                      | <b>Установите правильное соответствие</b> между группами факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие (левый столбец) и их перечнем (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован два раза. <table><tr><td>Группы факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие</td><td>Перечень факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие</td></tr><tr><td rowspan="2">А. Внутренние</td><td>1. Социально-профессиональная активность.</td></tr><tr><td>2. Ведущая учебно-профессиональная и профессиональная деятельность.</td></tr><tr><td rowspan="2">Б. Внешние</td><td>3. Мотивы и смыслы профессиональной деятельности.</td></tr><tr><td>4. Социально-экономические условия.</td></tr></table> | Группы факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие | Перечень факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие | А. Внутренние | 1. Социально-профессиональная активность. | 2. Ведущая учебно-профессиональная и профессиональная деятельность. | Б. Внешние | 3. Мотивы и смыслы профессиональной деятельности. | 4. Социально-экономические условия. | УК-6 | Н1 |
| Группы факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие | Перечень факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                          |                                                                            |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
| А. Внутренние                                                            | 1. Социально-профессиональная активность.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                          |                                                                            |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
|                                                                          | 2. Ведущая учебно-профессиональная и профессиональная деятельность.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                          |                                                                            |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
| Б. Внешние                                                               | 3. Мотивы и смыслы профессиональной деятельности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                          |                                                                            |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
|                                                                          | 4. Социально-экономические условия.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                          |                                                                            |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
| 67.                                                                      | <b>Выберите правильный ответ.</b> К профессиональным деструкциям, которые отрицательно сказываются на динамике роста, искажают профиль личности, изменяют траекторию профессиональной жизни человека, относится:<br>1. вклад в развитие работников на заключительной стадии их карьеры слишком дорого обходится организации и не оправдывает себя<br>2. заниматься любимым делом – главный приоритет<br>3. стремиться озвучивать пожелания по зарплате первым в ходе собеседования<br>4. смена работы раз в 5 лет влияет на карьеру в будущем                                                                                                                                                                                                                                  | УК-6                                                                     | Н1                                                                         |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
| 68.                                                                      | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Факторы, влияющие на профессиональную успешность и карьерный рост:<br>1. творческая и профессиональная активность, проявленная во время обучения в вузе<br>2. смена сферы деятельности и возможность начинать все с нуля<br>3. стаж деятельности на определенной должности или профессии<br>4. ориентироваться на мнение коллектива в принятии решений                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | УК-6                                                                     | У1                                                                         |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |
| 69.                                                                      | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Факторы,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК-6                                                                     | У1                                                                         |               |                                           |                                                                     |            |                                                   |                                     |      |    |

|                                                                 | влияющие на профессиональную успешность и карьерный рост:<br>1. уровень творческой активности в процессе трудовой деятельности<br>2. возраст<br>3. эмоционально-волевые состояния, такие как: воля, стрессоустойчивость и эмоциональная устойчивость<br>4. гендерная принадлежность                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                 |                      |                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                                                                    |      |    |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
| 70.                                                             | <b>Выберите правильный ответ.</b> Неформальным показателем профессионального становления НЕ является:<br>1. диплом специалиста<br>2. профессиональное мышление<br>3. умение применять нестандартные средства для решения задач<br>4. востребованность труда                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | УК-6                            | Н1                   |                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                                                                    |      |    |
| 71.                                                             | <b>Установите правильное соответствие</b> между классификацией личностных тестов (левый столбец) и их общей характеристикой (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.<br><table><tr><th>Классификация личностных тестов</th><th>Общая характеристика</th></tr><tr><td>А. Направлены на комплексное описание типа личности</td><td>1. Включают вопросы и задания для оценки степени продвинутости способностей, знаний, навыков, умений после прохождения человеком обучения, профессиональной и другой подготовки</td></tr><tr><td>Б. Направлены на оценку способностей</td><td>2. Звучат вопросы о вашей жизни и ваших привычках, ответы на которые позволяют сделать какое-то заключение о вас.</td></tr><tr><td>В. Направленные на оценку уровня необходимых для работы навыков</td><td>3. Включают вопросы для оценки возможностей индивида в овладении знаниями, навыками, умениями, необходимыми для одной или нескольких деятельности.</td></tr></table> | Классификация личностных тестов | Общая характеристика | А. Направлены на комплексное описание типа личности | 1. Включают вопросы и задания для оценки степени продвинутости способностей, знаний, навыков, умений после прохождения человеком обучения, профессиональной и другой подготовки | Б. Направлены на оценку способностей | 2. Звучат вопросы о вашей жизни и ваших привычках, ответы на которые позволяют сделать какое-то заключение о вас. | В. Направленные на оценку уровня необходимых для работы навыков | 3. Включают вопросы для оценки возможностей индивида в овладении знаниями, навыками, умениями, необходимыми для одной или нескольких деятельности. | УК-6 | У1 |
| Классификация личностных тестов                                 | Общая характеристика                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                 |                      |                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                                                                    |      |    |
| А. Направлены на комплексное описание типа личности             | 1. Включают вопросы и задания для оценки степени продвинутости способностей, знаний, навыков, умений после прохождения человеком обучения, профессиональной и другой подготовки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                 |                      |                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                                                                    |      |    |
| Б. Направлены на оценку способностей                            | 2. Звучат вопросы о вашей жизни и ваших привычках, ответы на которые позволяют сделать какое-то заключение о вас.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                 |                      |                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                                                                    |      |    |
| В. Направленные на оценку уровня необходимых для работы навыков | 3. Включают вопросы для оценки возможностей индивида в овладении знаниями, навыками, умениями, необходимыми для одной или нескольких деятельности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                 |                      |                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                                                                    |      |    |
| 72.                                                             | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Какие из утверждений о жизненном пути личности являются верными:<br>1. жизненный путь личности зависит от макро- и микросреды ее развития<br>2. жизненный путь личности зависит только от макросреды ее развития<br>3. основной единицей жизненного пути является переживание<br>4. основной единицей жизненного пути является событие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | УК-6                            | 31                   |                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                                                                    |      |    |
| 73.                                                             | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Личностный кризис всегда:<br>1. нежелателен для человека и его нужно избегать<br>2. очень полезен для человека, и к нему нужно стремиться<br>3. имеет неопределенные последствия для личности<br>4. изменяет что-то в человеке или в его образе жизни                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | УК-6                            | У1                   |                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                                                                    |      |    |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |      |    |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
| 74. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Самоэффективность по А. Бандуре зависит от:<br>1. вербального убеждения<br>2. сферы и характера деятельности личности<br>3. наблюдаемого опыта других людей<br>4. прошлого опыта личности                                                                                                                                                                                                                                | УК-6 | 31 |
| 75. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Условиями для укрепления психологического здоровья, развития психологического благополучия и становления качественной жизни выступают:<br>1. способность жить сообразно культуре и преодолевая культуру<br>2. творческие переживания личности<br>3. признание достоинства и безусловной ценности Другого                                                                                                                 | УК-6 | 31 |
| 76. | <b>Установите правильную последовательность</b> этапов развития карьеры работника:<br>1. разработка индивидуального плана развития<br>2. постановки цели<br>3. использование возможностей организации                                                                                                                                                                                                                                                                           | УК-6 | Н1 |
| 77. | <b>Установите правильную последовательность</b> стадий карьеры:<br>1. Обучение профессии<br>2. Профессионализм<br>3. Достижение успеха<br>4. Включение в трудовую деятельность<br>5. Мастерство<br>6. Переоценка ценностей                                                                                                                                                                                                                                                      | УК-6 | У1 |
| 78. | <b>Установите правильную последовательность</b> видов потребностей в иерархии А. Маслоу:<br>1. Потребности в безопасности: экономическая, физическая, условия жизни.<br>2. Социальные потребности: социальные связи, общение, совместная деятельность.<br>3. Физиологические потребности: еда, жилье, одежда, вода, воздух, сон и т. д.<br>4. Самоактуализация: самовыражение, самоидентификация.<br>5. Самоуважение: уважение или признание со стороны других, служебный рост. | УК-6 | 31 |
| 79. | <b>Установите правильную последовательность</b> этапов карьерного развития<br>1. Поиск работы<br>2. Составление резюме<br>3. Выход на новую работу и адаптация<br>4. Собеседование и найм<br>5. Профессиональное самоопределение<br>6. Карьерный рост                                                                                                                                                                                                                           | УК-6 | У1 |
| 80. | <b>Установите правильную последовательность</b> возможных шагов на пути профессионального становления:<br>1. Узнать, какие знания и уровень образования необходимы для данной профессии.<br>2. Понять, какая профессия или специальность вас мотивирует.<br>3. Составить новое резюме с учётом поставленных целей.<br>4. Получить образование и необходимые навыки.<br>5. Найти вакансии и приглашения на собеседования.                                                        | УК-6 | Н1 |

|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|                                                                   | 6. Претендовать на повышение и профессиональный рост.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
| 81.                                                               | <b>Выберите правильный ответ.</b> Направление в образовании, обеспечивающее удовлетворение образовательных потребностей лиц, занятых самостоятельной профессиональной деятельностью, называется<br>1. Образование взрослых<br>2. Повышение квалификации<br>3. Культурный досуг<br>4. Профессиональная переподготовка                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК-6                              | 31                                         |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
| 82.                                                               | <b>Установите правильное соответствие</b> между теориями профессионального развития (левый столбец) и их сущностью (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз. <table><tr><td>Теории профессионального развития</td><td>Сущность теорий профессионального развития</td></tr><tr><td>А. Дифференциально-аналитическое направление (1909 г. Ф. Парсонс)</td><td>1. Выбор профессии обусловлен определенным уровнем развития, сформированностью способностей и интересов. Профессиональный выбор – это длительный, продолжающийся более 10 лет процесс, включающий в себя ряд взаимосвязанных решений.</td></tr><tr><td>Б. Психодинамическое направление (психодинамическое)</td><td>2. Выбор профессии рассматривается как форма удовлетворения ранних детских инстинктивных потребностей благодаря выходу в ту или иную профессиональную область либидиозной энергии. Выбор профессии понимается как процесс сублимации.</td></tr><tr><td>В. Теория развития</td><td>3. Каждый человек по своим индивидуальным качествам и прежде всего по профессионально значимым способностям наиболее подходит для единственной профессии.</td></tr></table> | Теории профессионального развития | Сущность теорий профессионального развития | А. Дифференциально-аналитическое направление (1909 г. Ф. Парсонс) | 1. Выбор профессии обусловлен определенным уровнем развития, сформированностью способностей и интересов. Профессиональный выбор – это длительный, продолжающийся более 10 лет процесс, включающий в себя ряд взаимосвязанных решений. | Б. Психодинамическое направление (психодинамическое) | 2. Выбор профессии рассматривается как форма удовлетворения ранних детских инстинктивных потребностей благодаря выходу в ту или иную профессиональную область либидиозной энергии. Выбор профессии понимается как процесс сублимации. | В. Теория развития         | 3. Каждый человек по своим индивидуальным качествам и прежде всего по профессионально значимым способностям наиболее подходит для единственной профессии. | УК-6 | 31 |
| Теории профессионального развития                                 | Сущность теорий профессионального развития                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
| А. Дифференциально-аналитическое направление (1909 г. Ф. Парсонс) | 1. Выбор профессии обусловлен определенным уровнем развития, сформированностью способностей и интересов. Профессиональный выбор – это длительный, продолжающийся более 10 лет процесс, включающий в себя ряд взаимосвязанных решений.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
| Б. Психодинамическое направление (психодинамическое)              | 2. Выбор профессии рассматривается как форма удовлетворения ранних детских инстинктивных потребностей благодаря выходу в ту или иную профессиональную область либидиозной энергии. Выбор профессии понимается как процесс сублимации.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
| В. Теория развития                                                | 3. Каждый человек по своим индивидуальным качествам и прежде всего по профессионально значимым способностям наиболее подходит для единственной профессии.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
| 83.                                                               | <b>Установите правильное соответствие</b> между личностными типами (левый столбец) и ведущим предметом труда (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз. <table><tr><td>Личностные типы</td><td>Ведущий предмет труда</td></tr><tr><td>А. Тип П – «человек – природа»</td><td>1. Ведущий предмет труда – растения, животные, микроорганизмы.</td></tr><tr><td>Б. Тип Х – «человек – художественный образ»</td><td>2. Ведущий предмет труда – технические системы, вещественные объекты, материалы, виды энергии.</td></tr><tr><td>В. Тип Т – «человек – тех-</td><td>3. Ведущий предмет труда – люди,</td></tr></table>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Личностные типы                   | Ведущий предмет труда                      | А. Тип П – «человек – природа»                                    | 1. Ведущий предмет труда – растения, животные, микроорганизмы.                                                                                                                                                                        | Б. Тип Х – «человек – художественный образ»          | 2. Ведущий предмет труда – технические системы, вещественные объекты, материалы, виды энергии.                                                                                                                                        | В. Тип Т – «человек – тех- | 3. Ведущий предмет труда – люди,                                                                                                                          | УК-6 | У1 |
| Личностные типы                                                   | Ведущий предмет труда                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
| А. Тип П – «человек – природа»                                    | 1. Ведущий предмет труда – растения, животные, микроорганизмы.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
| Б. Тип Х – «человек – художественный образ»                       | 2. Ведущий предмет труда – технические системы, вещественные объекты, материалы, виды энергии.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |
| В. Тип Т – «человек – тех-                                        | 3. Ведущий предмет труда – люди,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                   |                                            |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                           |      |    |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                 |      |    |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|     | ника»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | группы, коллективы, общности людей.                                                                                                                                                             |      |    |
|     | Г. Тип 3 – «человек – знак»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 4. Ведущий предмет труда – условные знаки, цифры, коды, естественные или искусственные языки.                                                                                                   |      |    |
|     | Д. Тип Ч – «человек – человек»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 5. Ведущий предмет труда – художественные образы, условия их построения.                                                                                                                        |      |    |
| 84. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Личностный потенциал – это:<br>1. Комплекс психологических свойств, дающий человеку возможность принимать решения и регулировать свое поведение, учитывая и оценивая ситуацию, но, исходя, прежде всего, из своих внутренних представлений и критериев.<br>2. Биологические предпосылки и приобретенный в процессе жизни социальный опыт, а также активная предметная деятельность.<br>3. Обычно приобретение человеком некоторой суммы знаний и умений, усвоение морально-этических норм и правил поведения. |                                                                                                                                                                                                 | УК-6 | 31 |
| 85. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Трудовой потенциал личности включает совокупность различных качеств, таких как:<br>1. Способность и склонность работника к труду, состояние его здоровья, выносливость, тип нервной системы<br>2. Объем общих и специальных знаний, трудовых навыков и умений, определяющих способность к труду соответствующей квалификации<br>3. Уровень сознания и ответственности, социальной зрелости, идейной убежденности, интересов и потребностей                                               |                                                                                                                                                                                                 | УК-6 | У1 |
| 86. | <b>Установите правильное соответствие</b> между видами обучения (левый столбец) и их характеристикой (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                 | УК-6 | Н1 |
|     | Виды обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Характеристика видов обучения                                                                                                                                                                   |      |    |
|     | А. Переподготовка кадров                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1. Планомерное и организованное обучение и выпуск квалифицированных кадров для всех областей человеческой деятельности, владеющих совокупностью специальных знаний, навыков и способов общения. |      |    |
|     | Б. Подготовка кадров                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2. Обучение кадров в целях усовершенствования знаний, умений, навыков и способов общения в связи с повышающимися требованиями к профессии либо повышением в должности.                          |      |    |
|     | В. Повышение квалификации кадров                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 3. Обучение кадров в целях освоения новых знаний, умений, навыков и способов общения в связи с овладением новой профессии или изменившимися требованиями к содержанию                           |      |    |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                            |      |    |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------|----|
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | жанию и результатам труда. |      |    |
| 87. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Наиболее перспективным является отношение к обучению как к:<br>1. Вовлечению работников в анализ существующих проблем или конкретных случаев и создание соответствующих проектов по их устранению<br>2. Вложению средств в человеческие ресурсы организации и должно оцениваться подобно другим инвестициям с точки зрения того, является ли этот способ вложения средств наилучшим и наиболее эффективным<br>3. Повышению эффективности деятельности организации в целом |                            | УК-6 | 31 |
| 88. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Ведущей деятельностью в зрелом возрасте следует считать:<br>1. Достижение наивысшего развития духовных, интеллектуальных и физических способностей личности<br>2. Дальнейшее развитие и совершенствование структур, сформированных в детском и юношеском возрасте<br>3. Максимальную реализацию сущностных сил человека в ходе активного включения в производительную жизнь общества.                                                                                     |                            | УК-6 | 31 |
| 89. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Зона актуального развития – это:<br>1. Деятельность, направленная на создание общественно полезного продукта, удовлетворяющего материальные или духовные потребности людей<br>2. Наши сегодняшние возможности, план самостоятельных действий и умений<br>3. Процесс систематического овладения знаниями, умениями и навыками, необходимыми для выполнения трудовой деятельности                                                                                           |                            | УК-6 | У1 |
| 90. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Карьерное планирование – это:<br>1. Представление о развитии собственной профессиональной эффективности<br>2. Постоянный и длительный процесс, который позволяет увеличить результативность работы<br>3. Адекватное представление о себе: понимание своих сильных личностных сторон, умений и компетенций                                                                                                                                                                 |                            | УК-6 | 31 |
| 91. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).</b><br>Субъект профессиональной деятельности, обладающий высокими показателями профессионализма личности и деятельности, имеющий высокий профессиональный и социальный статус, нацеленный на самосовершенствование – это _____.                                                                                                                                                                                                      |                            | УК-6 | У1 |
| 92. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Наиболее важное личностно-профессиональное качество – это _____.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                            | УК-6 | 31 |
| 93. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ компонент является базовым в системе нравственной регуляции деятельности и поведения у профессионала.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                            | УК-6 | У1 |
| 94. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Наивысший уровень _____ и активизации мотивации характерен для возрастного периода 30-35 лет.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                            | УК-6 | 31 |
| 95. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Личностным коррелятором высокого уровня самоконтроля является                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                            | УК-6 | 31 |

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |      |    |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|      | _____.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |    |
| 96.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Свойства личности, сформировавшиеся в ходе жизненного опыта, связанные с преодолением препятствий и выработки силы воли – это _____ качества личности.                                                                                                                                                           | УК-6 | У1 |
| 97.  | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).</b><br>Оценивание собственных личностных качеств, чувств, достоинств и демонстрация их окружающим – это _____ личности.                                                                                                                                                        | УК-6 | У1 |
| 98.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Осознание индивидом собственных потребностей, способностей, мотивов поведения, мыслей – это _____ личности.                                                                                                                                                                                                      | УК-6 | 31 |
| 99.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Набор специальных характеристик человека, которые отличают одного индивида от другого – это _____.                                                                                                                                                                                                               | УК-6 | 31 |
| 100. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).</b><br>_____ – это индивидуально осознанная позиция и поведение человека, связанные с развитием его профессиональной деятельности и опыта на протяжении всей жизни, которые не являются зависимыми от физических границ организации и государства.                             | УК-6 | У1 |
| 101. | <b>Запишите правильные ответы.</b><br>Необходимыми качествами для построения карьеры являются общительность, доброжелательность и _____:                                                                                                                                                                                                              | УК-6 | У1 |
| 102. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ карьерного потенциала позволяет руководителю и работнику обсудить и связать прошлое исполнение, интересы карьеры и потребности в повышении квалификации в последовательный план карьерного продвижения.                                                                                                    | УК-6 | Н1 |
| 103. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Процесс выбора личностью профессионального пространства, создающий основы для планирования карьеры и постановки карьерных целей – профессиональное _____.                                                                                                                                                        | УК-6 | У1 |
| 104. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Содержанием этапа _____ является процесс совершенствования и самораскрытия субъекта трудовой деятельности                                                                                                                                                                                                        | УК-6 | 31 |
| 105. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Степень трудности тех целей, к которым стремится человек и достижение которых представляется человеку привлекательным и возможным, характеризует уровень _____.                                                                                                                                                  | УК-6 | 31 |
| 106. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Процесс и принцип формирования личности, предусматривающий создание таких систем образования, которые открыты для людей любого возраста, способствуют его развитию, вовлекают его в процесс овладения знаниями, умениями, навыками и способами поведения (общения) в течение всей жизни – это _____ образование. | УК-6 | Н1 |
| 107. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Основаниями для составления плана развития карьеры является _____ на карьеру.                                                                                                                                                                                                                                    | УК-6 | 31 |
| 108. | <b>Запишите правильный ответ.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | УК-6 | Н1 |

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |      |    |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|      | Инструменты _____ позволяют: управлять собственными временными ресурсами, вовремя выполнять и сдавать работу, бороться с собственной неэффективностью.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |    |
| 109. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ является, по мнению А. Маслоу, редким феноменом, так как многие люди не понимают пользы, смысла самосовершенствования, многие люди просто не видят своих возможностей, не подозревают об их существовании, у них присутствует страх успеха (комплекс Ионы).                                                                                                                                                                                               | УК-6 | 31 |
| 110. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).</b><br>_____ рассматривается как: особая форма развития, при которой на первый план выдвигаются самодетерминированность и самоуправляемость качественных индивидуальных и личностных преобразований, достигающих полноты своего осуществления.                                                                                                                                                                                  | УК-6 | 31 |
| 111. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ тренировка – один из мощнейших способов влияния на психологическое состояние организма. Произносимые во время самовнушения мысли могут становиться сущностью человека, тем самым значительно перестраивая его внутренний мир.                                                                                                                                                                                                                             | УК-6 | Н1 |
| 112. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Периодическое приобретение специализированных знаний и навыков в различных областях согласно вашим конкретным целям. Перманентное формирование и поддержание комплексной непротиворечивой системы собственных долгосрочных и среднесрочных целей. Стратегический подход к жизни. Это направления _____.                                                                                                                                                         | УК-6 | Н1 |
| 113. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Неразвитость способности к самопознанию, влияние сложившихся стереотипов и установок; несформированность механизмов саморазвития – это _____ саморазвития.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | УК-6 | У1 |
| 114. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>При благоприятных условиях, если есть _____ и она воспринимается как сфера самореализации, т. е. отвечает жизненным притязаниям личности, где воплощаются мотивы смысла жизни, если обнаруживаются достижения и успехи, процесс саморазвития в формах самосовершенствования и самоактуализации проходит интенсивно, эффективно, порождает высокий уровень самоуважения, чувство идентичности с собой и с деятельностью, удовлетворенность собой и своей жизнью. | УК-6 | 31 |
| 115. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Для того чтобы избежать проблемы несоответствия профессии вашей личной долгосрочной карьерной цели, важно понимать свой карьерный _____ и действовать в согласии с ним.                                                                                                                                                                                                                                                                                         | УК-6 | У1 |
| 116. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Для нашего _____ роста чрезвычайно важны личностные качества, особенности характера, которые способствуют нашему благополучию и улучшает качество жизни.                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | УК-6 | 31 |
| 117. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Одним из эффективных способов управления небольшими, средними, крупными и личными проектами является система _____. Ее                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | УК-6 | Н1 |

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |    |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
|      | смысл заключается в постановке любой цели, которая должна быть конкретной, измеряемой, исполняемой, реалистичной, достигаемой к определенному моменту времени.                                                                                                                                                                 |      |    |
| 118. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Неоценимую помощь в саморазвитии и личностном росте может оказать ведение личного _____, в котором человек анализирует прожитый день, оценивает свои действия, видит свои ошибки. Также при длительном ведении _____ можно увидеть результаты своей работы, изменение личностных качеств. | УК-6 | Н1 |
| 119. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Метод постановки _____ помогает человеку определиться со своими желаниями, которых он хочет достичь в результате личностного и профессионального становления.                                                                                                                             | УК-6 | Н1 |
| 120. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Если мы _____ своей карьерой, то становится понятно, куда, как и зачем мы движемся. Мы ставим краткосрочные и долгосрочные цели и достигаем их. Развиваемся и растём, становясь востребованным специалистом в любом возрасте.                                                             | УК-6 | У1 |

### 5.3.1.7. Задачи к зачету

| №  | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Компетенция | ИДК      |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------|
| 1. | Перед вами проблемная ситуация. Студент, выразив преподавателю свои сомнения по поводу возможности хорошего усвоения преподаваемого предмета, говорит: «Я сказал Вам о том, что меня беспокоит. Объясните мне, в чем причина неудовлетворительного усвоения мною предмета и что мне делать дальше?». Что должен ответить на это преподаватель? Как можно охарактеризовать уровень саморазвития этого студента? | УК-3        | У1<br>Н1 |
| 2. | Перед вами проблемная ситуация. Ребенок говорит родителям: «Я опять забыл принести тетрадь в школу (выполнить домашнее задание)». Как на это отреагировать родителям в зависимости от возраста ребенка (рассмотрите разные варианты)? Что можно сказать об уровне саморазвития ребенка?                                                                                                                        | УК-3        | Н1       |
| 3. | Приведите примеры, демонстрирующие, что в личности от природы, а что формируется под влиянием социальных условий.                                                                                                                                                                                                                                                                                              | УК-6        | У1<br>Н1 |
| 4. | По каким внешним проявлениям личности можно судить о ее развитии? Можно ли и каким образом по внешним проявлениям узнать об уровне саморазвития человека?                                                                                                                                                                                                                                                      | УК-3        | У1       |
| 5. | Представьте, что Вы - президент частной фирмы. Лиц каких типов темперамента Вы хотели бы видеть на следующих должностях и почему: Ваш заместитель, секретарь, агент по рекламе, бухгалтер, продавец, охранник, водитель.                                                                                                                                                                                       | УК-3        | Н1       |
| 6. | Приведите примеры, подтверждающие, что характер формируется в течение жизни, путем воспитания, а не является прирожденным и неизменным.                                                                                                                                                                                                                                                                        | УК-3        | Н1       |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |          |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----------|
| 7.  | Придумайте четыре варианта девизов (для себя и для других), которые помогли бы Вам реагировать на собственные неудачи и ошибки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | УК-6 | У1<br>Н1 |
| 8.  | Профессор Фридман работает над формулой счастья. Его студенты и соратники предложили включить в формулу в качестве компонентов следующие понятия: радость, дружеские отношения, деньги, возраст и душевный покой. Какие из предложенных компонентов следует включить в формулу? Обоснуйте свою точку зрения.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | УК-3 | У1       |
| 9.  | Опишите свои позитивные эмоции в учебе (спорте, творчестве), и подумайте, как еще их можно создать?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | УК-6 | У1<br>Н1 |
| 10. | Объясните, чем волевое действие отличается от импульсивного действия? Каким образом они проявляются в процессе саморазвития? Приведите примеры.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | УК-3 | Н1       |
| 11. | Какие, на ваш взгляд, приемы работы над собой способствуют формированию волевых качеств и развитию самоорганизации?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | УК-6 | У1<br>Н1 |
| 12. | Определите тип мотивации поведения в следующих ситуациях: а) Мужчина целеустремленно делает карьеру, стремясь занять пост директора компании. б) Ребенка попросили сходить в магазин за хлебом. в) Человек возвращается уставший с работы домой с одной мыслью: «Добраться и лечь спать».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | УК-3 | У1       |
| 13. | 16. В описанных ниже ситуациях укажите, какой стратегией человек использует в борьбе со стрессом: решает проблему, изменяет свое отношение к ней или, смирившись с проблемой, старается уменьшить влияние на свой организм стресса, вызванного ею. а) Начальник крайне низко оценил работу Валерия. Валерий думал о том, чтобы уволиться, перейти в другой отдел или обжаловать решение начальника. Он выбрал последний вариант. б) Стол Алины в офисе стоит рядом со столом женщины, у которой громкий визгливый голос. Чтобы снять напряжение, Алина каждый день во время обеденного перерыва совершает спокойную пробежку по парку. | УК-3 | Н1       |

### 5.3.2.2. Вопросы для устного опроса

| №  | Содержание                                                                                               | Компетенция  | ИДК      |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------|
| 1. | Каковы представления о мотивации личности к саморазвитию в зарубежных концепциях?                        | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 2. | Каковы представления о мотивации личности к саморазвитию в отечественных концепциях?                     | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 3. | Как понимается «саморазвитие личности» в разных психологических концепциях?                              | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 4. | Раскройте содержание понятий «саморазвитие», «самоактуализация», «самореализация», «самотрансценденция». | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 5. | Раскройте содержание понятий «образ жизни личности и ее жизненный путь», «жизненные перспективы».        | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 6. | Раскройте суть идей о движущих силах и условиях саморазвития личности в различных концепциях.            | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 7. | Что такое самосознание личности, Я-концепция, самоидент-                                                 | УК-3         | 31       |

|     |                                                                                                                  |              |          |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------|
|     | тичность?                                                                                                        | УК-6         | 31       |
| 8.  | Как соотносятся понятия «ценности» и «ценностные ориентации» личности?                                           | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 9.  | Раскройте содержание понятий «самопринятие» и «самопрогнозирование».                                             | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 10. | Как проявляется готовность личности к жизненному и профессиональному самоопределению и саморазвитию?             | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 11. | Что такое тайм-менеджмент?                                                                                       | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 12. | Какие техники тайм-менеджмента вы используете в повседневной жизни и (или) в процессе обучения?                  | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 13. | Что такое самоменеджмент?                                                                                        | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 14. | Назовите методы и техники самоменеджмента.                                                                       | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 15. | Проанализируйте известные вам способы повышения личной эффективности.                                            | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 16. | Как проявляется мотивация самосовершенствования?                                                                 | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 17. | В чем состоит проблема самоактуализации в теории А. Маслоу.                                                      | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 18. | Как осуществляется мотивация отдельных видов деятельности?                                                       | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 19. | Возможна ли переоценка ценностей на жизненном пути.                                                              | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 20. | Дайте определение и характеристику понятиям «профессиональное качество» и «смысл профессиональной деятельности». | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 21. | В чем заключается профилактика профессионального выгорания личности.                                             | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 22. | Охарактеризуйте непрерывное образование как философско-педагогическую концепцию.                                 | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 23. | В чем Вы видите смысл неудачи, как мотивации личностного роста?                                                  | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 24. | Обоснуйте критерии личностного роста.                                                                            | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |
| 25. | Что является движущими силами профессионального развития личности?                                               | УК-3<br>УК-6 | 31<br>31 |

### 5.3.2.3. Задачи для проверки умений и навыков

| №  | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Компетенция      | ИДК                      |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------|
| 1. | Студент первого курса обучения, обратившись в психологическую службу вуза, жалуется на нехватку времени для подготовки к семинарским занятиям и предстоящей сессии, желание «бросить учебу». Смоделируйте возможные варианты беседы. Какие техники тайм-менеджмента и самоменеджмента можно ему предложить? | УК-3<br><br>УК-6 | У1<br>Н1<br><br>У1<br>Н1 |
| 2. | Молодой человек стремится найти свое предназначение в жизни, периодически составляет списки целей и задач,                                                                                                                                                                                                  | УК-3             | У1<br>Н1                 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                  |                          |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------|
|    | намечая и записывая пути их достижения. Однако в его реальной жизни эти цели и задачи оказываются в большинстве случаев нереализованными. Какие ошибки может допускать молодой человек при таком планировании?                                                                                                                                    | УК-6             | У1<br>Н1                 |
| 3. | Молодая женщина, 30 лет, высшее образование, десять лет работает специалистом по социальной работе. В последнее время чувствует усталость, ее раздражает «бессмысленность работы» и «люди с их постоянными проблемами». Определите возможные психологические проблемы и их причины.                                                               | УК-3<br><br>УК-6 | У1<br>Н1<br><br>У1<br>Н1 |
| 4. | Напишите перечень личностных свойств и распределите их по группам в соответствии с психологической структурой личности: познавательная сфера, потребностно-мотивационная сфера, эмоциональная сфера, волевая сфера, способности, характер, самосознание.                                                                                          | УК-3<br><br>УК-6 | У1<br>Н1<br><br>У1<br>Н1 |
| 5. | Из приведенных примеров выберите те, которые характеризует поведение человека как индивида и как личности. Обоснуйте ответы.<br>- Сотрудник рассказывает коллеге, как он распределяет рабочее время.<br>- У студента К. прекрасная дикция и приятный голос.<br>- Девушка отличается выразительной мимикой, резкими движениями и быстрой походкой. | УК-3<br><br>УК-6 | У1<br>Н1<br><br>У1<br>Н1 |
| 6. | Ваш коллега неудачно выполнил какое-то задание, потерпел поражение, вследствие чего потерял веру в себя, разочаровался и не желает также интенсивно, как раньше, заниматься этим делом или учебным предметом.<br>Что бы Вы ему сказали? Каким образом можно не только успокоить, но и побудить, вдохновить его на работу и достижения?            | УК-3<br><br>УК-6 | У1<br>Н1<br><br>У1<br>Н1 |
| 7. | Вас назначили начальником отстающего отдела крупной организации. Вы изучили сложившуюся здесь обстановку и решили провести собрание. Надо подготовиться к выступлению перед ним. Как бы Вы построили свое выступление?                                                                                                                            | УК-3<br><br>УК-6 | У1<br>Н1<br><br>У1<br>Н1 |
| 8. | Изобразите наглядно-графически классификацию потребностей А. Маслоу, Дж. Роттера, К. Альдерфера. Добавьте пояснения. Какой теории придерживаетесь Вы? Ответ обоснуйте.                                                                                                                                                                            | УК-3<br><br>УК-6 | У1<br>Н1<br><br>У1<br>Н1 |

#### 5.3.2.4. Перечень тем докладов

| №<br>п/п | Тема доклада                                                        |
|----------|---------------------------------------------------------------------|
| 1.       | Анализ потребностей личности (на примере литературного героя).      |
| 2.       | Анализ потребностей личности (на примере героя кинофильма).         |
| 3.       | Особенности образования взрослых.                                   |
| 4.       | Формы образования взрослых.                                         |
| 5.       | Жизненный опыт как стимул к развитию.                               |
| 6.       | Взгляд на природу человека в психоанализе З. Фрейда.                |
| 7.       | Взгляд на природу человека в индивидуальной психотерапии А. Адлера. |
| 8.       | Взгляд на природу человека в логотерапии В. Франкла.                |

|     |                                                                           |
|-----|---------------------------------------------------------------------------|
| 9.  | Взгляд на природу человека в экзистенциальной терапии И. Ялома.           |
| 19. | Самоактуализация личности в теории А. Маслоу.                             |
| 11. | Понимание человека в концепции К. Роджерса.                               |
| 12. | Жизненный путь человека в концепции Ш. Бюлер.                             |
| 13. | Самораскрытие и доверие личности в работах С. Джуард.                     |
| 14. | Модель «свобода-судьба» Э. Лукас.                                         |
| 15. | Понимание человека в концепции Р. Мэй.                                    |
| 16. | Понимание человека в концепции Дж. Бьюджентала.                           |
| 17. | Модель личности в концепции Л. Бинсвангера.                               |
| 18. | Личность, мотивация и смысл в работах Д.А. Леонтьева.                     |
| 19. | Личность и стратегия жизни в работах К.А. Абульхановой-Славской.          |
| 20. | Понимание психологии, личности и духовности в работах Е.Ф. Василюка.      |
| 21. | Психология развития человека в работах В.И. Слободчикова и Е.И. Исаева.   |
| 22. | Нравственные ориентиры и ценности как компоненты направленности личности. |
| 23. | Биологическое, психологическое, социальное и духовное измерение личности. |
| 24. | Психическое здоровье человека в концепции Б.С. Братуся.                   |
| 25. | Роль саморазвития и самообразования в современном мире.                   |
| 26. | Роль самообразования в профессии ...                                      |
| 27. | Свобода и ответственность личности.                                       |
| 28. | Мультизадачность современного человека – миф или реальность?              |
| 29. | Психология успеха и счастья: достоинства и ограничения.                   |
| 30. | Особенности самопознания и саморазвития в детском возрасте.               |
| 31. | Самопознание и саморазвитие во взрослости.                                |
| 32. | Самопознание и саморазвитие в пожилом возрасте.                           |
| 33. | Само-менеджмент и тайм-менеджмент.                                        |
| 34. | Акме как вершина профессиональных достижений.                             |

### 5.3.2.5. Вопросы для контрольной (расчетно-графической) работы – «Не предусмотрены»

## 5.4. Система оценивания достижения компетенций

### 5.4.1. Оценка достижения компетенций в ходе промежуточной аттестации

| УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели |                                                                                                                        |                         |                   |                  |                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------|------------------|---------------------------------------|
| Индикаторы достижения компетенции УК-3                                                                                      |                                                                                                                        | Номера вопросов и задач |                   |                  |                                       |
| Код                                                                                                                         | Содержание                                                                                                             | вопросы к экзамену      | задачи к экзамену | вопросы к зачету | вопросы по курсовому проекту (работе) |
| 31                                                                                                                          | психологические принципы организации и руководства командной работой.                                                  | -                       | -                 | 1-25             | -                                     |
| У1                                                                                                                          | определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной | -                       | -                 | 11; 21-25        | -                                     |

|                                                                                                                                  |                                                                                                                                           |                         |                   |                  |                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------|------------------|---------------------------------------|
|                                                                                                                                  | стратегии.                                                                                                                                |                         |                   |                  |                                       |
| Н1                                                                                                                               | использования стратегий и технологий саморазвития и управления личностными ресурсами членов команды для достижения поставленной цели.     | -                       | -                 | -                | -                                     |
| УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки |                                                                                                                                           |                         |                   |                  |                                       |
| Индикаторы достижения компетенции УК-6                                                                                           |                                                                                                                                           | Номера вопросов и задач |                   |                  |                                       |
| Код                                                                                                                              | Содержание                                                                                                                                | вопросы к экзамену      | задачи к экзамену | вопросы к зачету | вопросы по курсовому проекту (работе) |
| 31                                                                                                                               | приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования                                                                        | -                       | -                 | 7-20;<br>22-25   | -                                     |
| У1                                                                                                                               | самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста. | -                       | -                 | 22-25            | -                                     |
| Н1                                                                                                                               | использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления.                                      | -                       | -                 | -                | -                                     |

#### 5.4.2. Оценка достижения компетенций в ходе текущего контроля

|                                                                                                                             |                                                                                                                                   |                                                                     |                        |                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------|
| УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели |                                                                                                                                   |                                                                     |                        |                                      |
| Индикаторы достижения компетенции УК-3                                                                                      |                                                                                                                                   | Номера вопросов и задач                                             |                        |                                      |
| Код                                                                                                                         | Содержание                                                                                                                        | вопросы тестов                                                      | вопросы устного опроса | задачи для проверки умений и навыков |
| 31                                                                                                                          | психологические принципы организации и руководства командной работой.                                                             | 1-3, 5, 8-9, 11, 13, 15-17, 20, 32, 34-36, 40, 42-43, 47-50, 52, 56 | 1-25                   | -                                    |
| У1                                                                                                                          | определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии. | 6-7, 10, 12, 14, 18-19, 22-23, 26, 31, 33, 37, 39, 41, 51, 53-55    | -                      | 1-8                                  |
| Н1                                                                                                                          | использования стратегий и технологий саморазвития и управления личностными ресурсами членов команды для достижения постав-        | 4, 21, 24-25, 27-30, 38, 44-46, 57-60.                              | -                      | 1-8                                  |

|                                                                                                                                  |                                                                                                                                           |                                                                                                 |                        |                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------|
|                                                                                                                                  | ленной цели.                                                                                                                              |                                                                                                 |                        |                                      |
| УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки |                                                                                                                                           |                                                                                                 |                        |                                      |
| Индикаторы достижения компетенции УК-6                                                                                           |                                                                                                                                           | Номера вопросов и задач                                                                         |                        |                                      |
| Код                                                                                                                              | Содержание                                                                                                                                | вопросы тестов                                                                                  | вопросы устного опроса | задачи для проверки умений и навыков |
| 31                                                                                                                               | приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования.                                                                       | 61, 64, 72, 74-75, 78, 81-82, 84, 87-88, 90, 92, 94-95, 98-99, 104-105, 107, 109-110, 114, 116. | 1-25                   | -                                    |
| У1                                                                                                                               | самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста. | 62-63, 65, 68-69, 71, 73, 77, 79, 83, 85, 89, 91, 93, 96-97, 100-101, 103, 113, 115, 120        | -                      | 1-8                                  |
| Н1                                                                                                                               | использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления.                                      | 66-67, 70, 76, 80, 86, 102, 106, 108, 111-112, 117-119.                                         | -                      | 1-8                                  |

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1. Рекомендуемая литература

| Тип рекомендаций     | Перечень и реквизиты литературы (автор, название, год и место издания)                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Количество экз. в библиотеке |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 1                    | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 3                            |
| 2.1. Учебные издания | Абдалина Л. В. Развитие личности как субъекта деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие / Абдалина Л. В., Егорова Л. Х., Уточкин Н. А., Тенюшев Б. И., Левчук С. В., Кузина А. А., Коваль Н. А., Комаров В. В. - Тамбов: ТГУ им. Г.Р.Державина, 2019 - 158 с. [ЭИ] [ЭБС Лань] URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/137557">https://e.lanbook.com/book/137557</a> | -                            |
|                      | Базылевич Т. Ф. Психология высших достижений личности (психоакмеология) [электронный ресурс]: Монография / Т. Ф. Базылевич - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021 - 330 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="https://znanium.com/catalog/document?id=374983">https://znanium.com/catalog/document?id=374983</a>                                               | -                            |
|                      | Байлук В. В. Самопознание и саморазвитие личности в их взаимосвязи [Электронный ресурс]: монография / Байлук В. В. - Екатеринбург: ЕАСИ, 2019 - 135 с. [ЭИ] [ЭБС Лань] URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/136355">https://e.lanbook.com/book/136355</a>                                                                                                                 | -                            |
|                      | Габдулина Л. И. Аксиологическая психология личности:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | -                            |

| Тип рекоменда-<br>ций      | Перечень и реквизиты литературы (автор, название, год<br>и место издания)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Количество<br>экз. в биб-<br>лиотеке |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 1                          | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 3                                    |
|                            | теория и практика [электронный ресурс]: Учебное пособие / Л. И. Габдулина - Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета (ЮФУ), 2017 - 142 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="https://znanium.com/catalog/document?id=330624">https://znanium.com/catalog/document?id=330624</a>                                                                                                                                                                            |                                      |
|                            | Минюрова С. А. Психология самопознания и саморазвития [Электронный ресурс]: учебник / Минюрова С. А. - Екатеринбург: УрГПУ, 2013 - 316 с. [ЭИ] [ЭБС Лань] URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/129361">https://e.lanbook.com/book/129361</a>                                                                                                                                                                                                                              | -                                    |
|                            | Пикулева О. А. Психология самопрезентации личности [электронный ресурс]: Монография / О. А. Пикулева - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2024 - 320 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="https://znanium.com/catalog/document?id=430796">https://znanium.com/catalog/document?id=430796</a>                                                                                                                                                                     | -                                    |
|                            | Психология личности: пребывание в изменении [электронный ресурс]: Монография / Н. В. Гришина - Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2019 - 576 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="https://znanium.com/catalog/document?id=374006">https://znanium.com/catalog/document?id=374006</a>                                                                                                                                            | -                                    |
|                            | Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/books/b168731.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/books/b168731.pdf</a>                                  | 1                                    |
|                            | Щукина М. А. Психология саморазвития личности [электронный ресурс]: Монография / М. А. Щукина - Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2015 - 348 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="https://znanium.com/catalog/document?id=302332">https://znanium.com/catalog/document?id=302332</a>                                                                                                                                           | -                                    |
| 2.2. Методические издания  | Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m164831.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m164831.pdf</a> | 1                                    |
| 2.3. Периодические издания | Развитие личности, 2020, № 1 [электронный ресурс]: научный журнал: Журнал - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2020 - 165 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="https://znanium.com/catalog/document?id=376358">https://znanium.com/catalog/document?id=376358</a>                                                                                                                                                                                  | -                                    |
|                            | Социально-гуманитарные знания: научно-образовательный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1                                    |

| Тип рекоменда-<br>ций | Перечень и реквизиты литературы (автор, название, год<br>и место издания)                                                                    | Количество<br>экз. в биб-<br>лиотеке |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 1                     | 2                                                                                                                                            | 3                                    |
|                       | журнал / учредители: Министерство образования и науки РФ, Редакция журнала - Москва: редакция журнала "Социально-гуманитарные знания", 1999- |                                      |

## 6.2. Ресурсы сети Интернет

### 6.2.1. Электронные библиотечные системы

| № | Название                    | Размещение                                                              |
|---|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Лань                        | <a href="https://e.lanbook.com">https://e.lanbook.com</a>               |
| 2 | ZNANIUM.COM                 | <a href="http://znanium.com/">http://znanium.com/</a>                   |
| 3 | ЮРАЙТ                       | <a href="http://www.biblio-online.ru/">http://www.biblio-online.ru/</a> |
| 4 | IPRbooks                    | <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>     |
| 5 | E-library                   | <a href="https://elibrary.ru/">https://elibrary.ru/</a>                 |
| 6 | Электронная библиотека ВГАУ | <a href="http://library.vsau.ru/">http://library.vsau.ru/</a>           |

### 6.2.2. Профессиональные базы данных и информационные системы

| № | Название                                     | Адрес доступа                                                     |
|---|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 1 | Портал открытых данных РФ                    | <a href="https://data.gov.ru/">https://data.gov.ru/</a>           |
| 2 | Справочная правовая система Гарант           | <a href="http://ivo.garant.ru">http://ivo.garant.ru</a>           |
| 3 | Справочная правовая система Консультант Плюс | <a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a> |

### 6.2.3. Сайты и информационные порталы

| № | Название                                 | Размещение                                                                        |
|---|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Научно-популярный психологический портал | <a href="https://psychojournal.ru/">https://psychojournal.ru/</a>                 |
| 2 | Мир психологии                           | <a href="http://psychology.net.ru/articles">http://psychology.net.ru/articles</a> |

## 7. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

### 7.1. Помещения для ведения образовательного процесса и оборудование

|                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения | Адрес(местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом( в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с ко- |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | торой заключен договор)                                                                                                                                                                                               |
| <p><i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий</i></p> <p>Комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, используемое программное обеспечение MS Windows / Linux (ALT Linux)/ Ред ОС, Office MS Windows / OpenOffice / LibreOffice, Adobe Reader / DjVu Reader, Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer, DrWeb ES, 7-Zip, MediaPlayer Classic</p>                               | <p>Российская Федерация, Воронежская область, городской округ город Воронеж, город Воронеж, улица Мичурина, дом 1</p>                                                                                                 |
| <p><i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий</i></p> <p>Комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, используемое программное обеспечение MS Windows / Linux (ALT Linux)/ Ред ОС, Office MS Windows / OpenOffice / LibreOffice, Adobe Reader / DjVu Reader, Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer, DrWeb ES, 7-Zip, MediaPlayer Classic, «Гарант», «Консультант Плюс»</p> | <p>Российская Федерация, Воронежская область, городской округ город Воронеж, город Воронеж, улица Мичурина, дом 1</p>                                                                                                 |
| <p><i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий</i></p> <p>Комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>Российская Федерация, Воронежская область, городской округ город Воронеж, город Воронеж, улица Мичурина, дом 1</p>                                                                                                 |
| <p><i>Помещения для самостоятельной работы</i></p> <p>Комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, используемое программное обеспечение MS Windows / Linux (ALT Linux)/ Ред ОС, Office MS Windows / OpenOffice / LibreOffice, Adobe Reader / DjVu Reader, Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer, DrWeb ES, 7-Zip, MediaPlayer Classic, «Гарант», «Консультант Плюс»</p>             | <p>Российская Федерация, Воронежская область, городской округ город Воронеж, город Воронеж, улица Мичурина, дом 1 (ауд. 113, 115, 116, 119 120, 122, 123а, 126, 219, 220, 224, 241, 273 - с 16.00 до 20.00), 232а</p> |

## 7.2. Программное обеспечение

### 7.2.1. Программное обеспечение общего назначения

| № | Название                                                     | Размещение               |
|---|--------------------------------------------------------------|--------------------------|
| 1 | Операционные системы MS Windows /Linux /Ред ОС               | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 2 | Пакеты офисных приложений MS Office / OpenOffice/LibreOffice | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 3 | Программы для просмотра файлов Adobe Reader / DjVu           | ПК в локальной сети ВГАУ |

|   |                                                            |                          |
|---|------------------------------------------------------------|--------------------------|
|   | Reader                                                     |                          |
| 4 | Браузеры Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Microsoft Edge | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 5 | Антивирусная программа DrWeb ES                            | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 6 | Программа-архиватор 7-Zip                                  | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 7 | Мультимедиа проигрыватель MediaPlayer Classic              | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 8 | Платформа онлайн-обучения eLearning server                 | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 9 | Система компьютерного тестирования AST Test                | ПК в локальной сети ВГАУ |

### 7.2.2. Специализированное программное обеспечение

| № | Название                  | Размещение               |
|---|---------------------------|--------------------------|
| 1 | Графический редактор Gimp | ПК в локальной сети ВГАУ |

## 8. Междисциплинарные связи

| Наименование дисциплины, с которой проводилось согласование | Кафедра, с которой проводилось согласование             | Предложения об изменениях в рабочей программе. Заключение об итогах согласования |
|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| Коммуникативные технологии профессионального общения.       | Русского и иностранных языков                           | Согласовано                                                                      |
| Основы межкультурного взаимодействия.                       | Гуманитарных дисциплин, гражданского и уголовного права | Согласовано                                                                      |

**Лист периодических проверок рабочей программы  
и информация о внесенных изменениях**

| Должностное<br>лицо, прово-<br>дившее провер-<br>ку: Ф.И.О.,<br>должность                                      | Дата                                 | Потребность<br>в корректировке с указа-<br>нием соответствующих<br>разделов рабочей про-<br>граммы                                                                                                           | Информация о внесенных<br>изменениях |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Врио зав. ка-<br>федрой исто-<br>рии, философии<br>и социально-<br>политических<br>дисциплин<br>С.А. Иконников | 1.03.2022                            | Кафедра гуманитарных<br>дисциплин, гражданского<br>и уголовного права пере-<br>именована в кафедру ис-<br>тории, философии и соци-<br>ально-политических дис-<br>циплин (Приказ № 5-123<br>от 10.12.2021 г.) |                                      |
| Врио зав. ка-<br>федрой исто-<br>рии, философии<br>и социально-<br>политических<br>дисциплин<br>С.А. Иконников | Протокол<br>№ 3 от<br>05.05.2022 г.  | Рабочая программа актуа-<br>лизирована на 2022-2023<br>учебный год                                                                                                                                           |                                      |
| Зав. кафедрой<br>истории, фило-<br>софии и соци-<br>ально-<br>политических<br>дисциплин С.А.<br>Иконников      | Протокол<br>№ 12 от<br>15.06.2023 г. | Рабочая программа актуа-<br>лизирована на 2023-2024<br>учебный год                                                                                                                                           |                                      |
| Зав. кафедрой<br>истории, фило-<br>софии и соци-<br>ально-<br>политических<br>дисциплин С.А.<br>Иконников      | Протокол №<br>9 от<br>14.05.2024 г.  | Рабочая программа актуа-<br>лизирована на 2024-2025<br>учебный год                                                                                                                                           |                                      |
| Зав. кафедрой<br>истории, фило-<br>софии и соци-<br>ально-<br>политических<br>дисциплин С.А.<br>Иконников      | Протокол №<br>9 от<br>13.05.2025 г.  | Рабочая программа актуа-<br>лизирована на 2025-2026<br>учебный год                                                                                                                                           |                                      |