

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 01.07.2025 11:15:19
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

«Самоорганизация и саморазвитие», СЕМЕСТР 1

Код, направление подготовки	49.04.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)
Направленность (профиль)	Физическая реабилитация и оздоровление в адаптивном физическом воспитании и спорте
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Психологии
Выпускающая кафедра	Медико-биологических основ физической культуры

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	1. Форма саморазвития, характеризующаяся стремлением приблизиться к некоторому идеальному образу, который выступает в качестве ориентира для достижения чего-либо в себе в будущем, является самосовершенствованием (выберите правильный вариант ответа):	а) верно б) неверно	низкий
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	2. В качестве целей могут выступать разнообразные устремления работников, как социально значимые, имеющие общегражданское звучание, так и корыстные, сугубо эгоистические (выберите правильный вариант ответа):	а) верно б) неверно	низкий
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	3. Компонент самопознания, отражающий полноту знаний о себе и процессе саморазвития (выберите правильный вариант ответа):	а) креативно-деятельностный б) мотивационно-ценностный в) информационно-когнитивный г) оценочно-коррекционный	низкий
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	4. Движущая сила целелеполагания и деятельности (выберите	а) желание б) мотив в) мечта г) цель	низкий

	правильный вариант ответа):		
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	5. Самооценка позволяет правильно оценить свое духовное и физическое состояние, свои отношения с внешним миром и другими людьми (выберите правильный вариант ответа):	а) верно б) неверно	низкий
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	6. К основным формам саморазвития относятся (выберите все правильные ответы):	а) самовоспитание б) самосовершенствование в) самостоятельность г) самореализация д) самоутверждение е) самоактуализация	средний
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	7. Основные функции самоорганизации (выберите все правильные ответы):	а) образовательная б) психологическая в) управляющая г) деятельная д) развивающая	средний
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	8. Знания человека о себе, определяющие образ «Я» (выберите все правильные ответы):	а) интеллектуальные свойства б) черты характера в) эмоциональные качества г) способности д) поведенческие характеристики	средний
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	9. Эмоционально-ценностное отношение к себе, как результат самопознания, включает (выберите все правильные ответы):	а) самоорганизацию б) самоотношение в) личностную компетентность г) самовоспитание д) самоуважение е) чувство идентичности	средний
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	10. На основании анализа практики управления человеческими ресурсами в системе западноевропейского менеджмента, четыре ведущие стратегии развития карьеры были выделены (выберите правильный вариант ответа):	а) Е.А. Могилевкиным б) А.С. Гусевой в) А.К. Марковой г) Н.С. Пряжниковым	средний
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	11. Карьера, при которой прямое продвижение от профессионального обучения к единственному постоянному типу работы, является (выберите правильный вариант ответа):	а) нестабильной б) обычной в) стабильной г) комбинированной	средний
УК-6.1 УК-6.2	12. Характеристикой саморазвития, при	а) активность личности б) уровень развития самосознания	средний

УК-6.3	которой человек самостоятельно делает выбор, учится брать на себя ответственность перед другими и самим собой является (выберите правильный вариант ответа):	в) способность к самопознанию г) жизнедеятельность личности	
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	13. Самооценка является результатом умственных операций (выберите правильный вариант ответа):	а) абстракции, сравнения, синтеза б) анализа, конкретизации, сравнения в) анализа, сравнения, синтеза	средний
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	14. В рамках какого подхода карьера связана с общественно значимой и оцениваемой деятельностью личности в социуме (выберите правильный вариант ответа):	а) индивидуального б) процессуального в) статусного г) ценностного	средний
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	15. Способ самореализации личности в сфере профессиональной деятельности и важнейшая часть ее жизненного и личностного самоопределения (выберите правильный вариант ответа):	а) личностное самоопределение б) профессиональное самоопределение в) жизненное самоопределение	средний
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	16. Цели самопознания (установите соответствие):	1) широкая 2) узкая 3) реальная 4) нереальная 5) истинная 6) ложная А) отвечает внутренним побуждениям человека Б) навязана или принята под влиянием случайных обстоятельств В) человек анализирует в себе то, что на самом деле существует Г) человек пытается познать в себе то, чего на самом деле нет Д) конкретное содержание образа Я Е) познание своей личности в целом	высокий

УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	17. Этапы процесса самопознания (установите соответствие):	1) Этап 1 2) Этап 2 3) Этап 3 4) Этап 4 5) Этап 5 А) оценка Б) фиксация В) анализ Г) принятие	высокий
----------------------------	--	---	---------

		Д) обнаружение	
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	18. Соотнесите характеристику карьеры с ее типом:	1) Постепенное продвижение человека к вершинам должностной иерархии в соответствии с его постоянно развивающимся профессиональным опытом 2) Стремительное, но все же последовательное должностное перемещение по вертикали организационной структуры 3) Преимущественно спонтанное замещение, как правило, руководящих должностей организационной структуры 4) Продолжительное пребывание на одной должности: примерно в 1,5-2 раза дольше, чем при нормальной карьере А) Десантная карьера Б) Медленная карьера В) Нормальная карьера Г) Скоростная карьера	высокий
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	19. Соотнесите шаги выбора карьеры по Дж. Иванцевич и А.А. Лобанову с их психологическим содержанием:	1) Шаг 1 2) Шаг 2 3) Шаг 3 4) Шаг 4 5) Шаг 5 6) Шаг 6 А) Анализ собственных возможностей, формулирование запросов Б) Определение желаемой цели служебного продвижения и последовательности рабочих мест на пути к ней В) Анализ рабочих мест, их сравнение между собой Г) Определение текущих источников информации о предполагаемых рабочих местах Д) Осуществление карьеры Е) Выявление соответствия собственных запросов и запросов организации	высокий
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	20. К внешним источникам формирования профессиональной идентичности относятся (выберите все правильные ответы):	а) успешное освоение профессиональной субкультуры б) профессиональная осведомленность в) мотивационная готовность к реализации в профессии и саморазвитию г) признание окружающими в качестве профессионала д) нормативно-правовая база профессии е) образовательно-профессиональная общность	высокий