

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 16.06.2026 12:46:51
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Оценочный материал для диагностического тестирования.
Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:
Управление карьерой и личная эффективность, 1 семестр

Код, направление подготовки	38.04.08 Финансы и кредит
Направленность (профиль)	Финансовые технологии
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Экономики, учета и финансов
Выпускающая кафедра	Экономики, учета и финансов

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	1. Какие из перечисленных инструментов относятся к методам планирования карьеры? а) построение карьерной карты б) SWOT-анализ личных компетенций в) метод «поток сознания» в медитации г) постановка целей по модели SMART д) анализ рынка труда в сфере финансовых технологий		средний
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	2. Специалист планирует карьерный рост: ежегодно он повышает доход на 15%. Текущий доход составляет 80 000 руб. Каким будет доход через 3 года? (Ответ округлите до целого рубля)		высокий
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	3. Что такое эмоциональный интеллект?	а) способность быстро решать математические задачи б) умение распознавать, понимать и управлять своими и чужими эмоциями в) навык обработки больших объемов информации г) способность запоминать большие объемы текста	средний

УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	4. Какой из методов тайм-менеджмента предполагает разделение задач на категории по срочности и важности?	а) метод abc б) метод помодоро в) матрица Эйзенхауэра г) метод gtd (getting things done)	средний
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	5. Что такое прокрастинации?	а) склонность откладывать важные дела на потом б) метод планирования рабочего дня в) способ мотивации сотрудников г) техника быстрого принятия решений	низкий
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	6. Какой тип карьерного роста характеризуется переходом сотрудника из одной функциональной области в другую?	а) вертикальный б) горизонтальный в) центростремительный г) стагнационный	средний
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	7. Установите соответствие: этап жизненного цикла карьеры — характеристика 1. Исследование (до 25 лет) 2. Становление (25–35 лет) 3. Продвижение (35–45 лет) 4. Сохранение (45–60 лет) Характеристика А. Передача опыта, наставничество, снижение амбиций роста В. Поиск призвания, первые профессиональные пробы С. Укрепление позиций, достижение пика карьеры D. Активный рост, приобретение опыта и компетенций		высокий
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	8. Что такое профессиональное выгорание?	а) получение сверхурочной оплаты б) психологическое состояние, характеризующееся эмоциональным истощением и снижением удовлетворенности от работы в) процесс быстрого карьерного роста г) внезапное увольнение с	низкий

		работы	
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	9. Специалист поставил цель по SMART: освоить новый навык за 6 месяцев, занимаясь 5 дней в неделю по 45 минут. Сколько часов суммарно он потратит на обучение? (в месяце в среднем 4,3 недели; ответ округлите до целого)		высокий
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	10. Что такое нетворкинг?	а) работа с компьютерными сетями б) построение и поддержание профессиональных связей и контактов в) метод планирования проектов г) тип организационной структуры	средний
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	11. По принципу Парето какой % усилий дает 80% результата?		высокий
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	12. Что такое SMART-цели?	а) цели, связанные с использованием современных технологий б) конкретные, измеримые, достижимые, релевантные, ограниченные по времени цели в) стратегические, мотивационные, амбициозные, рисковые, творческие цели г) цели, поставленные руководством организации	средний
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	13. Что из перечисленного характеризует понятие «личная эффективность»? а) способность достигать поставленных целей в установленные сроки б) количество отработанных часов в неделю в) управление энергией и ресурсным состоянием		средний

	г) самомотивации и саморегуляции		
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	14. Что такое делегирование в контексте управления карьерой?	а) передача задач и полномочий подчиненным б) участие в профессиональных конференциях в) процесс смены работы г) способ повышения зарплаты	средний
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	15. Какой из следующих элементов НЕ является частью персонального бренда?	а) профессиональная репутация б) стиль коммуникации в) внешний вид г) размер заработной платы	средний
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	16. Сотрудник использует метод «Помodoro»: один рабочий цикл = 25 минут работы + 5 минут отдыха. За рабочий день продолжительностью 8 часов он сделал 2 длинных перерыва по 20 минут. Сколько полных циклов «Помodoro» он успел выполнить?		высокий
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	17. Что такое профессиональный скептицизм в контексте внутреннего аудита?	а) сомнение в компетентности коллег б) критическое отношение к получаемой информации и готовность ее проверять в) пессимистичный взгляд на карьерные перспективы г) недоверие к руководству компании	высокий
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	18. Какой из следующих подходов способствует поддержанию баланса между работой и личной жизнью?	а) постоянная работа в выходные дни б) установление четких границ между работой и личным временем в) отказ от отпуска г) игнорирование личных интересов в пользу карьеры	высокий
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	19. Какое из следующих утверждений о непрерывном профессиональном	а) достаточно получить базовое образование один раз б) важно только следить за	высокий

	развитии в сфере внутреннего контроля и аудита верно?	изменениями в законодательстве в) необходимо постоянно обновлять знания в области методологии, стандартов и лучших практик г) профессиональное развитие заканчивается после получения сертификата	
УК -6 ИУК-6.1 ИУК-6.2	20. Установите соответствие: инструмент — область применения Инструмент 1. SWOT-анализ 2. Матрица Эйзенхауэра 3. LinkedIn-профиль Область применения а) управление задачами и временем б) оценка личных сильных/слабых сторон в) построение профессиональной сети		высокий