

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 15.06.2026 14:18:21
 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 целеполагания 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:	<p>1) Постепенное продвижение человека к вершинам должностной иерархии в соответствии с его постоянно развивающимся профессиональным опытом</p> <p>2) Стремительное, но все же последовательное должностное перемещение по вертикали организационной структуры</p> <p>3) Преимущественно спонтанное замещение, как правило, руководящих должностей организационной структуры</p> <p>4) Продолжительное пребывание на одной должности: примерно в 1,5-2 раза дольше, чем при нормальной карьере</p> <p>А) Десантная карьера Б) Медленная карьера В) Нормальная карьера Г) Скоростная карьера</p>	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:	<p>1) Шаг 1 2) Шаг 2 3) Шаг 3 4) Шаг 4 5) Шаг 5 6) Шаг 6</p> <p>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</p>	высокий
УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	20. К внешним источникам формирования профессиональной идентичности относятся (выберите все правильные ответы):	<p>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</p>	высокий