

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Таскаев Сергей Владимирович
Должность: Ректор
Дата подписания: 26.06.2026 10:58:43
Уникальный программный ключ:
04c19ed8bf98f3b6cb77a486b9a8788b832232c



МИНОБРАЗОВАНИЯ России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Институт информационных технологий			
Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине «Самоменеджмент», по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО «ЧелГУ».			
Версия документа - 1	стр. 1 из 20	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

по дисциплине (модулю)

К.М.02.01 Самоменеджмент

Направление подготовки (специальность)

02.04.02. Фундаментальная информатика и информационные технологии

Направленность (профиль)

Интеллектуальные технологии

Присваиваемая квалификация

Магистр

Форма обучения

очная

Год набора

2026



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 2 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Челябинск, 2026г.

**02.04.02. Фундаментальная информатика и информационные технологии,
направленность (профиль) Интеллектуальные технологии,**

**фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«К.М.02.01 Самоменеджмент »,
2026 год набора, очная форма обучения:**

Утвержден:

Проректор по учебной работе утверждено _____
дата *И.О. Фамилия*

Согласован:

Ученым советом института информационных технологий

указать наименование подразделения

Протокол заседания от «____» _____ 20__ г. № _____

Председатель Ученого совета
факультета/института/филиала согласовано Ю.В. Петриченко

Заседанием кафедры общей и профессиональной педагогики

Протокол заседания от «____» _____ 20__ г. № _____
Заведующий кафедрой согласовано С.А. Курносова

Автор (составитель) Л.Г. Антропова

Структура фонда оценочных средств для промежуточной аттестации по
дисциплине соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от 27.09.2022 г.
№ 573-1 «Об утверждении шаблонов документов».



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 3 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств
2. Перечень формируемых компетенций
 - 2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной
3. Содержание оценочных средств по дисциплине
 - 3.1. Виды оценочных средств
 - 3.2. Содержание оценочных средств
4. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации
 - 4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации
 - 4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств
 - 4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций.



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 4 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

1. Паспорт фонда оценочных средств

Направление подготовки (специальности) *02.04.02. Фундаментальная информатика и информационные технологии*

Направленность (профиль) *«Интеллектуальные технологии»*

Дисциплина *К.М.02.01 «Самоменеджмент»*

Семестр(ы) изучения: *1*

Форма (ы) промежуточной аттестации: *1 семестр - зачет*

2. Перечень формируемых компетенций

2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной

Изучение дисциплины «К.М.02.01 Самоменеджмент »

направлено на формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенции согласно ФГОС	Индикаторы достижения компетенций согласно ОПОП ВО	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
1	2	3
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1. Применяет рефлексивные методы в процессе оценки разнообразных ресурсов, используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития. УК-6.2. Определяет цели и приоритеты собственной деятельности и способы их достижения. УК-6.3. Планирует результаты собственной деятельности с учетом необходимых ресурсов.	Знать теоретические основы самоорганизации и саморазвития Уметь: - осуществлять рефлексию своей деятельности и её результатов; - выполнять рефлексию и оценку собственных личностных ресурсов и ограничений; - осуществлять корректировку целей и задач деятельности для её совершенствования; - организовывать собственную деятельность в соответствии с намеченным планом. Владеть навыками самоанализа планирования, самоорганизации, самоконтроля



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 5 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

3. Содержание оценочных средств по дисциплине

3.1 Виды оценочных средств

Код, наименование компетенции согласно ФГОС	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	Контролируемые темы/ разделы (номер и название раздела из РПД п.2.2)	Семестр	Номер задания	Наименование оценочного средства
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Знать теоретические основы самоорганизации и саморазвития	1. Сущность и значение самоменеджмента	1	1, 2, 3	задание закрытого типа на выбор правильного ответа
				26, 27, 28	задание открытого типа с кратким ответом
		2 Управление ресурсом времени	1	8,9,10, 11,12	задание закрытого типа на выбор правильного ответа
	29,30,31			задание открытого типа с развернутым ответом	
	Уметь: - осуществлять рефлексию своей деятельности и её результатов; - выполнять рефлексию и оценку собственных личностных ресурсов и ограничений; - осуществлять корректировку целей и задач деятельности для её совершенствования; - организовывать собственную деятельность в соответствии с намеченным планом.	2. Управление ресурсом времени	1	36	творческое задание с опорой на собственный опыт
				40,41, 42,43	проектное задание
3. Управление ресурсом активности и работоспособности		1	13,14	задание закрытого типа на выбор правильного ответа	
	32		задание открытого типа с развернутым ответом		
			34,45	задание на соответствие	



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 6 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

				37	творческое задание- с опорой на собственный опыт
				46,47,48	проектное задание
Владеть навыками самоанализа планирования, самоорганизации, самоконтроля	4. Управление ресурсом платежеспособности	1	15,16,17,18,19,20	задание закрытого типа на выбор правильного ответа	
			38	творческое задание- с опорой на собственный опыт	
	5. Управление ресурсом образованности	1	4, 5,6, 21, 22, 23, 24,25	задание закрытого типа на выбор правильного ответа	
			33	задание открытого типа с развернутым ответом	
			39	творческое задание- с опорой на собственный опыт	
			49,50, 51, 52	творческое задание- проект	

3.2 Содержание оценочных средств

Часть 1. База тестовых вопросов закрытого типа

1. Самоменеджмент направлен на четыре важнейших объекта управления, среди них:
 - a. время,
 - b. активность,
 - c. платежеспособность,
 - d. образованность (интеллектуальные способности личности),
 - e. возрастные этапы жизни.



2. В развитии науки самоменеджмента выделяют следующие этапы:

- a. этап проб и ошибок;
- b. этап разделения ответственности;
- c. этап выделения областей знаний в науке самоменеджмента;
- d. этап делегирования полномочий;
- e. этап систематизации знаний в технике личной работы.

3. В развитии науки самоменеджмента выделяют следующие этапы:

- a. этап проб и ошибок;
- b. этап разделения ответственности;
- c. этап выделения областей знаний в науке самоменеджмента;
- d. этап делегирования полномочий;
- e. этап систематизации знаний в технике личной работы.

4. Позитивные решения (принять идею)

- a. меняют нашу жизнь в лучшую сторону
- b. меняют нашу жизнь в худшую сторону
- c. меняют нашу жизнь в лучшую или худшую сторону
- d. не меняют нашу жизнь
- e. меняют жизнь или не меняют ее в зависимости от материального положения личности.

5. Негативные решения (отбросить идею)

- a. меняют нашу жизнь в лучшую сторону;
- b. меняют нашу жизнь в худшую сторону;
- c. меняют нашу жизнь в лучшую или худшую сторону;
- d. не меняют нашу жизнь;
- e. освобождают мозг для осмысления других альтернатив

6. Как отойти от стереотипов, повысить уровень креативности и эффективности в принятии решений и управлении различными ситуациями? Для этого существует несколько приемов и методов, которые опробованы не одним человеком (выберите их из ниже приведенных рекомендаций):



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 8 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

- a. предложив один вариант действий, всегда искать второй, а лучше — несколько;
 - b. стараться находить как можно больше положительных объяснений поступкам других людей;
 - c. искать другие решения в аналогичных сферах деятельности;
 - d. стараться запомнить услышанные или прочитанные высказывания, которые очень удивили
7. Что обязательно включается в схему эффективного распоряжения бюджетом времени:
- a. постановка цели;
 - b. планирование;
 - c. установка приоритета;
 - d. работа с информацией;
 - e. оглашение результатов.
8. Среди основных методов управления временным ресурсом выберите те, которые напрямую подразумевают установление приоритетов задач:
- a. система управления временем Б. Франклина;
 - b. матрица приоритетов Д. Эйзенхауэра;
 - c. временной принцип В. Парето;
 - d. система «АБВ-анализа»;
 - e. метод «Альпы».
9. Критерии оценки приоритетов, предложенные Д. Эйзенхауэром:
- a. Срочность;
 - b. Сложность;
 - c. Количество затрачиваемого времени;
 - d. Важность.
10. Выберите названия метода эффективного управления временем, основная идея которого — «внутри данной группы или множества отдельные малые части обнаруживают намного большую значимость, чем это соответствует их



относи-
тельному удельному весу в группе»:

- a. метод управления временем В. Парето;
- b. «Правило 80/20»;
- c. «Принцип наименьших усилий»;
- d. «Золотые пропорции планирования времени»;
- e. «Картотечность».

11. Одной из закономерностей какого метода является: «важнейшие задачи составляют примерно 15% от общего количества дел руководителя, а вклад этих задач для достижения цели составляет около 65%»:

- a. матрица приоритетов Д. Эйзенхауэра;
- b. временной принцип В. Парето;
- c. система «АБВ-анализа»;
- d. метод «Альпы».

12. Закон Паркинсона предполагает при установлении сроков выполнения задач (жесткое планирование) деление рабочего времени на следующие пропорции:

- a. 25%/75%;
- b. 50%/50%;
- c. 60%/40%;
- d. 10%/90%.

13. Методика управления ресурсом активности и работоспособности состоит из этапов (количество, перечень):

- a. четырех этапов (планирование, организация, мотивация, контроль активности и работоспособности);
- b. трех этапов (оценка потенциала активности и работоспособности, разработка программы физической подготовки, контроль результатов);
- c. двух этапов (планирование активности и ее контроль);
- d. этапы не выделяются.

14. В жизни каждого человека присутствуют и воздействуют три различных потока энергии, формирующие:

- a. физический, психический и биологический ритмы;



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 10 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

- b. физический, психический и периодический ритмы;
 - c. физический, психический и интеллектуальный ритмы;
 - d. физический, интеллектуальный и социальный ритмы жжжж
15. Дефицит денежных средств — это
- a. превышение дохода над расходами,
 - b. превышение расходов над доходами,
 - c. возможность инвестирования свободных финансов.
16. При составлении личного бюджета инвестиции в ценные бумаги относятся к:
- a. расходам,
 - b. доходам.
17. При составлении личного бюджета получаемые дивиденды следует относить к:
- a. расходам,
 - b. доходам.
18. Доходы от коммерческой и непроизводственной предпринимательской деятельности относятся к:
- a) собственным финансовым ресурсам,
 - b) привлеченным финансовым ресурсам
19. Банковские и потребительские кредиты следует относить к:
- a. собственным финансовым ресурсам,
 - b. привлеченным финансовым ресурсам.
20. Стратегии инвестирования по способу управления инвестициями можно разделить на следующие группы:
- a. активные и пассивные,
 - b. агрессивные и консервативные.
21. Активные формы работы, обязательные к включению в индивидуальное образовательное пространство:
- a. составление планов, конспектов, ведение дневников, заметок,
 - b. сдача экзаменов, зачетов,



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 11 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

- c. операционные игры, тренинги, тесты,
- d. постоянное знакомство с информационными изданиями, прайс-листами фирм, ситуацией на книжном, компьютерном рынках.

22. Активные формы работы, обязательные к включению в индивидуальное образовательное пространство:

- a. составление планов, конспектов, ведение дневников, заметок,
- b. сдача экзаменов, зачетов,
- c. операционные игры, тренинги, тесты,
- d. постоянное знакомство с информационными изданиями, прайс-листами фирм, ситуацией на книжном, компьютерном рынках.

23. Объективными факторами, влияющими на продуктивность запоминания, являются:

- a. характер, наглядность и количество информации;
- b. врожденные способности человека;
- c. осмысленность и понятность информации;
- d. особенности обстановки, в которой происходит запоминание.

24. Основными условиями, способствующими развитию мыслительной креативности человека, являются:

- a. благоприятный психологический климат в коллективе;
- b. возможность самореализации, саморазвития и обучения;
- c. ненормированный рабочий день;
- d. предоставление свободы действий и самостоятельности при выполнении функциональных обязанностей.

25. При «синектическом штурме» предусмотрено обязательное выполнение специальных приемов, основанных на:

- a. прямой и личной аналогии;
- b. коллективной аналогии;
- c. символической аналогии;
- d. фантастической аналогии.



Часть 2. База тестовых вопросов открытого типа

26. Продолжите определение самоменеджмента. Самоменеджмент – это управление
27. Основная цель самоменеджмента состоит в том, чтобы ...
28. Самоменеджмент представляет собой последовательное и целенаправленное выполнение определенных функций, среди них планирование своей деятельности, принятие решений по предстоящим делам, контроль итогов и корректировка целей, информация и коммуникация. Что пропущено?
29. Продолжите определение рефрейминга. Рефрейминг - это специальный прием, который ...
30. Почему планирование деятельности является действительно самым мощным инструментом самоменеджмента? Перечислите его достоинства.
31. Укажите, из скольких этапов состоит «Система Б. Франклина»?
32. В жизненном цикле человека периоды детства, юности, молодости, взросления, зрелости, старости, угасания происходят каждые ... лет
33. Укажите основные компоненты образованности в современном понимании

Часть 3. Задания на соответствие

34. Немецкий исследователь Г. Хамп установил, что ...
(установите правильно соотношение)

А. представители утреннего типа	1. лица, занятые физической деятельностью
Б. представители вечернего типа	2. люди умственного труда
В. представители смешанного типа (аритмики)	3. служащие



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 13 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

<i>A</i>	<i>B</i>	<i>B</i>

35. Установите правильное соотношение классификации и входящих в нее биоритмов.

Наименование классификации	Виды биоритмов
А. По степени зависимости от внешних условий	1. — физиологические — экологические
Б. Классификация Ф. Хальберга	2. — суточные (циркадианные) — месячные — сезонные — многолетние и пр.
В. По длительности периода	3. — ритмы высокой частоты — ритмы средней частоты — ритмы низкой частоты
Г. По выполняемой функции	4. — экзогенные — эндогенные

<i>A</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>C</i>

Часть 4. Задания творческого характера на разработку практических рекомендаций по самоменеджменту с учетом собственного опыта

№ п/п	Задание	Критерии оценивания, методические рекомендации
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>



36	Разработать рекомендации по управлению ресурсом времени	Отражение в работе следующих вопросов: <ol style="list-style-type: none">1. Актуальность совершенствования управления ресурсом времени (в т.ч. на основе рефлексии собственного использования времени);2. Теоретические подходы и идеи, положенные в основу рекомендаций.3. Формулировки рекомендаций с пояснениями.4. Ожидаемые результаты использования рекомендаций.5. Анализ собственного опыта применения разработанных рекомендаций.6. Список литературы. Подготовить методические материалы для публичного представления проекта (в форме презентации powerpoint или форме лонгрида. Программа для создания лонгрида представлена здесь: https://mobirise.com).
37	Разработать рекомендации по управлению ресурсом активности и работоспособности	Отражение в работе следующих вопросов: <ol style="list-style-type: none">1. Актуальность совершенствования управления ресурсом работоспособности (в т.ч. на основе рефлексии собственной активности);2. Теоретические подходы и идеи, положенные в основу рекомендаций.3. Формулировки рекомендаций с пояснениями.4. Ожидаемые результаты использования рекомендаций5. Анализ собственного опыта применения разработанных рекомендаций.6. Список литературы Подготовить методические материалы для публичного представления проекта (в форме презентации powerpoint или форме лонгрида. Программа для создания лонгрида представлена здесь: https://mobirise.com).
38	Разработать рекомендации по управлению ресурсом платежеспособности	Отражение в работе следующих вопросов: <ol style="list-style-type: none">1. Актуальность совершенствования управления ресурсом платежеспособности (в т.ч. на основе рефлексии этого аспекта собственной жизнедеятельности);2. Теоретические подходы и идеи, положенные в основу рекомендаций.



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 15 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

		<ol style="list-style-type: none">3. Формулировки рекомендаций с пояснениями.4. Ожидаемые результаты использования рекомендаций5. Анализ собственного опыта применения разработанных рекомендаций.6. Список литературы. <p>Подготовить методические материалы для публичного представления проекта (в форме презентации powerpoint или форме лонгрида. Программа для создания лонгрида представлена здесь: https://mobirise.com).</p>
39	Разработать рекомендации по управлению ресурсом образованности	<p>Отражение в работе следующих вопросов:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Актуальность совершенствования управления ресурсом образованности (в т.ч. на основе рефлексии этого аспекта собственной жизнедеятельности);2. Теоретические подходы и идеи, положенные в основу рекомендаций.3. Формулировки рекомендаций с пояснениями.4. Ожидаемые результаты использования рекомендаций5. Анализ собственного опыта применения разработанных рекомендаций.6. Список литературы <p>Подготовить методические материалы для публичного представления проекта (в форме презентации powerpoint или форме лонгрида. Программа для создания лонгрида представлена здесь: https://mobirise.com).</p>

Часть 5. Проектные задания

Разработать наглядную модель технологии менеджмента и показать возможные способы её использования в жизни

В проекте отразить:

- название технологии самоменеджмента;
- схематическую наглядную модель целостной технологической процедуры;
- ваше отношение к данному аспекту технологии (каким образом Вы видите возможности его использования, опыт применения в собственной практике);



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 16 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

- достоинства и ограничения аспекта технологии (с Вашей точки зрения);
- список литературы, которую использовали при подготовке проекта.

Технологии самоменеджмента

40. Планирование и структурирование времени (принципы Парето, Эйзенхауэра);
41. Учет и расчет рабочего и свободного времени по германской методике "Альпы";
42. Опыт финских и японских менеджеров;
43. Рекомендации А. Гастева;
44. Восточный опыт управления временем (Калагия);
45. Алгоритмы целеполагания, иерархизации целей;
46. "Жизненные сценарии" и программы;
47. Типы, способы, правила и формы саморегуляции;
48. Управление Я-состояниями (по Э. Берну и Р. Шмидту);
49. Условия оптимального ритма мыслительной деятельности;
50. Программирование подсознания;
51. Принципы самообучения, поиска и переработки информации;
52. Алгоритмы проектирования внешней среды (выбор моделей жизни, смена обстоятельств, адаптация в новой среде, факторы построения, сохранения и восстановления персональных отношений, поведение в экстремальной ситуации)

4. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации

4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации

Зачет состоит из 4-х частей

1 часть – студент решает 20 тестовых вопросов закрытого типа, выбранных случайным образом. Продолжительность – 20 минут.

Максимальное количество баллов за выполнение задания – 20 баллов



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 17 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

2 часть – студент решает тесты открытого типа со свободным ответом, которые не предполагают вариантов ответа, правильный ответ требуется написать самостоятельно и задания на соответствие. Всего 5 тестовых вопросов, выбранных случайным образом. Продолжительность – 10 минут.

Максимальное количество баллов за выполнение задания – 10 баллов

3 часть – студент выполняет творческое задание с опорой на собственный опыт, выбранное случайным образом. Продолжительность – 30 минут.

Максимальное количество баллов за выполнение задания – 35 баллов

4 часть – студент выполняет проектное задание (собственный выбор). Продолжительность – 30 минут.

Максимальное количество баллов за выполнение задания – 35 баллов

Всего заданий – 22.

Максимальный балл – 100 баллов:

0-49 баллов - неудовлетворительно (оценка 2);

50-69 баллов - удовлетворительно (оценка 3);

70-90 баллов - хорошо (оценка 4);

91-100 баллов - отлично (оценка 5).

Общее время выполнения работы – 1,5 часа.

Особенности проведения процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обозначены в рабочей программе дисциплины (модуля).

Дополнительные материалы и оборудование

При выполнении заданий промежуточной аттестации экзаменуемый имеет право пользоваться: *орфографическим словарём, калькулятором, фломастерами*

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств

Ключи и критерии к оцениванию задания

№ задания	Верный ответ	Критерии
1	a, b,c,d	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 18 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

2	a,c,e	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
3	e	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
4	c	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
5	d,e	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
6	a,d	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
7	a,b,c,d	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
8	b,d	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
9	a,d	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
10	a,b,c,d	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
11	c	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
12	c	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
13	b	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
14	c	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
15	b	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
16	a	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
17	b	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
18	a	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
19	b	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
20	a	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
21	a, d	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
22	b, c	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
23	a,c	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
24	a,b,d	1 б –совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
25	a,c,d	1 б - совпадение с верным ключом 0 б - остальные случаи
26	<i>...ресурсами личности, такими как: время, активность, платежеспособность,</i>	1 б – принципиальное совпадение с верным ответом 0 б - остальные случаи



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки *Фундаментальная информатика и информационные
технологии* направленности (профилю) *Интеллектуальные технологии* ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 19 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

	<i>образованность</i>									
27	<i>.....максимально использовать свои возможности, сознательно управлять своей жизнью, преодолевать внешние обстоятельства, как на работе, так и в личной жизни</i>	1 б – принципиальное совпадение с верным ответом 0 б - остальные случаи								
28	<i>самотивация, реализация и организация личного трудового процесса</i>	1 б – принципиальное совпадение с верным ответом 0 б - остальные случаи								
29	<i>...позволяет увидеть ситуацию, факт под иным, непревычным для человека углом зрения</i>	1 б – принципиальное совпадение с верным ответом 0 б - остальные случаи								
30	<i>позволяет лучше использовать время, и программирует наш ум.</i>	1 б – принципиальное совпадение с верным ответом 0 б - остальные случаи								
31	б	1б - совпадение с правильным ответом 0б- остальные случаи								
32	7 лет	1б - совпадение с правильным ответом 0б- остальные случаи								
33	<i>профессиональные знания и умения, знание информационных технологий, иностранных языков, знание практик общения и самопознания, гуманитарные и естественнонаучные знания</i>	1 б – принципиальное совпадение с верным ответом 0 б - остальные случаи								
34	<table border="1"><tr><td>A</td><td>B</td><td>B</td></tr><tr><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr></table>	A	B	B	3	2	1	1б - совпадение с правильным ответом 0б- остальные случаи		
A	B	B								
3	2	1								
35	<table border="1"><tr><td>A</td><td>B</td><td>B</td><td>Г</td></tr><tr><td>4</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr></table>	A	B	B	Г	4	3	2	1	1б - совпадение с правильным ответом 0б- остальные случаи
A	B	B	Г							
4	3	2	1							
36	<i>Критерии представлены в методических рекомендациях к каждому творческому заданию</i>	35 баллов - полное соответствие всем указанным в задании критериям; за каждый не реализованный критерий снимается по 5 баллов								
37										
38										
39										
40	<i>Критерии представлены в методических рекомендациях к каждому проектному заданию</i>	35 баллов - полное соответствие всем указанным в задании критериям; за каждый не реализованный критерий снимается по 5 баллов								
41										
42										
43										
44										
45										
46										
47										
48										
49										
50										
51										
52										



МИНОБРНАУКИ России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Институт информационных технологий

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине
«Самоменеджмент»,
по направлению подготовки Фундаментальная информатика и информационные
технологии направленности (профилю) Интеллектуальные технологии ФГБОУ ВО
«ЧелГУ».

Версия документа - 1

стр. 20 из 20

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____

4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций

Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:

1. Высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке «отлично» и предполагает формирование компетенций на высоком уровне: обучающийся способен успешно определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки практически во всех жизненных ситуациях; владеет для этого необходимыми знаниями, умениями и навыками.

2. Средний уровень соответствует оценке «хорошо» и предполагает формирование компетенций на среднем уровне: обучающийся способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки во многих жизненных ситуациях; владеет для этого основными знаниями, умениями и навыками.

3. Базовый уровень соответствует оценке «удовлетворительно» и предполагает формирование компетенций на начальном уровне: обучающийся способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности на основе самооценки в рядовых жизненных ситуациях; задачи совершенствования собственной деятельности вызывают затруднения: требуемые для этого знания, умения и навыки сформированы недостаточно.

4. Низкий уровень соответствует оценке «неудовлетворительно», обучающийся не готов определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности на основе самооценки. Управление собственной деятельностью и её совершенствованием осуществляет спонтанно, на интуитивном уровне. Теоретические основы самоменеджмента, соответствующие умения и навыки не сформированы.