

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Иркутский национальный исследовательский технический университет»**

Институт экономики, управления и права

Оценочные материалы

**ПРОЕКТИРОВАНИЕ СИСТЕМЫ ЛИЧНОСТНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ**

19.04.01 Биотехнология

Технология биологически активных веществ

Магистр

Очная

Документ подписан простой электронной
подписью
Составитель: Пуляевская О.В.
Дата подписания: 06.06.2026

Документ подписан простой электронной
подписью
Руководитель структурного подразделения /
Руководитель ООП: Евстафьев Сергей
Николаевич
Дата подписания: 08.06.2026

Год набора - 2027 г.
Иркутск, 2026 г.

1 семестр/УК-6

Множественный выбор

Что включает в себя концепция личностно-профессионального саморазвития?

Все вышеперечисленное

Проблемный блок

Аксиологический блок

Целевой блок

Множественный выбор

Какие этапы входят в индивидуальную работу по развитию личности?
--

Все перечисленные

Изучение обучающегося

Проектирование поведения и отношений

Корректировка развития личности

Множественный выбор

Какой аспект важен для успешного проектирования траектории профессионального роста и личностного развития?
--

Учет личных предпочтений и целей

Игнорирование личных ценностей и убеждений
--

Фокус исключительно на профессиональных компетенциях
--

Отказ от обратной связи и самоконтроля
--

Множественный выбор

Какой этап в проектной работе направлен на реализацию спроектированной модели личностного и профессионального развития?

Реализация и оценка результата

Анализ исходных условий

Формулировка проблемы

Выбор стратегии действий

Упорядочение

Расположите шаги постановки целей личностного и профессионального развития в правильном порядке:
--

Проанализируйте свою нынешнюю ситуацию и определите зоны улучшения.

Четко сформулируйте конечную цель своего личностного и профессионального
--

развития.
Разделите главную цель на несколько промежуточных этапов.
Определите конкретные измеримые показатели достижения цели.
Установите реалистичные сроки для каждой промежуточной цели.

Упорядочение
Распределите компоненты SMART-критерия для целей в правильной последовательности:
Specific (Конкретность)
Measurable (Измеримость)
Attainable (Достижимость)
Relevant (Актуальность)
Time-bound (Ограниченность во времени)

Упорядочение
Расположите этапы планирования достижения цели в хронологическом порядке:
Определите краткосрочные и долгосрочные цели
Разработайте детальный план действий для каждого шага
Начните действовать и следуйте своему плану
Осуществляйте регулярный мониторинг прогресса и вносите необходимые изменения

Упорядочение
Перечислите фазы самооценки и коррекции профессионального и личностного развития в следующем порядке:
Проведите рефлексию собственных достижений и недостатков
Остановитесь и оцените достигнутые результаты относительно поставленных целей.
Пересмотрите и скорректируйте цели и планы, исходя из полученного опыта
Составьте новый план действий на следующий период

Пропущенное слово
Одним из ключевых инструментов в управлении карьерой является [SWOT-анализ], которое позволяет выявить сильные и слабые стороны, возможности и угрозы.

Пропущенное слово
Эффективное профессиональное развитие начинается с [осознания] собственных ресурсов и ограничений.

Пропущенное слово
Стратегический подход к карьере подразумевает наличие ясных целей и умение [контролировать] свое поведение и деятельность.

Пропущенное слово
Один из важнейших факторов успеха в профессиональном развитии — это формирование позитивного [внутреннего] отношения к самому себе и своим возможностям.

Соответствие
<u>Соотнесите понятия с их определениями</u>
Самоуправление
Способность человека самостоятельно организовывать свою деятельность
Самомотивация
Внутренний процесс активизации личности для достижения целей
Приоритеты деятельности
Значимость и очередность задач и целей для успешной деятельности
Самооценка
Процесс осмысления и оценки своих личных качеств и достижений

Соответствие
<u>Соотнесите методы самоуправления с их описанием</u>
Тайм-менеджмент
Планирование и распределение времени для повышения продуктивности
Постановка целей
Определение конкретных достижимых результатов
Рефлексия
Осознание и анализ собственного опыта и действий
Визуализация успеха
Мысленное представление желаемого результата

Соответствие
<u>Соотнесите виды самомотивации с примерами</u>
Внутренняя мотивация
Желание развиваться и совершенствоваться
Внешняя мотивация
Поощрение со стороны руководства или коллег
Проактивная мотивация

Самостоятельный поиск способов улучшить свою работу
Реактивная мотивация
Реакция на критику или внешние события

Соответствие
<u>Соотнесите этапы самооценки с их содержанием</u>
Осознание
Выявление личных достижений и областей для развития
Оценка
Анализ успешных и неуспешных сторон своей деятельности
Коррекция
Внесение изменений в планы и стратегии деятельности
Планирование
Определение целей на основе анализа и оценки

Короткий ответ
Назовите метод управления временем, который помогает расставлять приоритеты и планировать задачи по степени важности и срочности.
Матрица Эйзенхауэра

Короткий ответ
Метод организации рабочего пространства и концентрации внимания, когда человек работает в течение коротких интервалов времени, чередуя периоды отдыха.
Техника Помодоро

Короткий ответ
Название инструмента, используемого для учета затрат времени на выполнение различных задач.
Хронометраж

Короткий ответ
Термин, обозначающий процесс эффективного распределения времени и энергии на важные задачи, позволяющий избегать перегрузок и стресса.
Тайм-менеджмент

1 семестр

Эссе		
Содержание задания	Критерии для оценивания	Коды компетенций
<u>Понятие профессиональной идентичности и ее влияние на карьеру и личностное развитие</u>	Ясность понимания понятия профессиональной идентичности. Приведение примеров влияния профессиональной идентичности на личный и профессиональный успех. Использование теоретических подходов и научных исследований в аргументации позиций. Логичное изложение материала, соответствие структуры заданной теме. Грамотность и точность выражения мыслей.	УК-6
<u>Основные подходы к развитию профессиональных компетенций и их значимость для современного специалиста.</u>	Объяснение сути разных подходов к развитию профессиональных компетенций. Оценка преимуществ и возможных рисков каждого подхода. Примеры из практики, подтверждающие эффективность предложенных подходов. Связь рассмотренных подходов с современными требованиями работодателей и условиями рынка труда. Глубина проработанности материалов и самостоятельность выводов автора.	УК-6
<u>Значение миссии и видения в профессиональном развитии специалиста.</u>	Раскрытие поэтапного процесса формирования профессиональных компетенций. Идентификация факторов, ускоряющих или замедляющих развитие компетенций. Выводы о практической значимости рассмотрения указанных факторов. Представление аргументированных доказательств и ссылок на современные исследования. Качество оформления текста, соблюдение стилистических норм русского языка.	УК-6