

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный аграрный университет»

Инженерно-технологический институт
Кафедра Безопасность технологических процессов и производств

УТВЕРЖДЕНО
Директор инженерно-
технологического института
Ружьев В.А. _____
(ФИО, подпись)

_____ 20__ г.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО
«ОЗНАКОМИТЕЛЬНАЯ ПРАКТИКА»
основной профессиональной образовательной программы –
образовательной программы высшего образования

Уровень профессионального образования
высшее образование – бакалавриат

Направление подготовки
20.03.01 Техносферная безопасность

Направленность (профиль) образовательной программы
Охрана труда

Форма обучения
очная
заочная

Год приема
2025

Санкт-Петербург
2025

Разработчик: Шкрабак Роман Владимирович, зав. кафедрой БТПиП, к.т.н., доцент

_____ 2025 г.

Оценочные материалы составлены в соответствии с требованиями ФГОС ВО, профессионального стандарта, [ПООП](#) и учебного плана по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность.

Оценочные материалы обсуждены на заседании кафедры Безопасности технологических процессов и производств.

протокол № __ от _____ 2025 г.

ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ С УКАЗАНИЕМ ЭТАПОВ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИКИ

Таблица 1

№ п/п	Код формируемой компетенции	Этапы формирования компетенции в процессе прохождения практики	Наименование оценочного средства
1	УК-2	Подготовительный этап ознакомительной практики, знакомство с программой практики, порядком, задачами и содержанием, получение задания на практику, прохождение целевого инструктажа по охране труда в университете. Основной этап ознакомительной практики, прохождение первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте, выполнение программы практики, ознакомление с организацией работы по охране труда и условиями труда работников на предприятиях, консультации у руководителя практики от кафедры, согласно расписанию. Ведение записей в конспект. Заключительный этап ознакомительной практики, оформление отчета и документации, подготовка к зачету с оценкой	Тест, вопросы к зачету с оценкой
2	УК-3	Подготовительный этап ознакомительной практики, знакомство с программой практики, порядком, задачами и содержанием, получение задания на практику, прохождение целевого инструктажа по охране труда в университете. Основной этап ознакомительной практики, прохождение первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте, вы-	Тест, вопросы к зачету с оценкой

		полнение программы практики, ознакомление с организацией работы по охране труда и условиями труда работников на предприятиях, консультации у руководителя практики от кафедры, согласно расписанию. Ведение записей в конспект. Заключительный этап ознакомительной практики, оформление отчета и документации, подготовка к зачету с оценкой	
3	УК-6	Подготовительный этап ознакомительной практики, знакомство с программой практики, порядком, задачами и содержанием, получение задания на практику, прохождение целевого инструктажа по охране труда в университете. Основной этап ознакомительной практики, прохождение первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте, выполнение программы практики, ознакомление с организацией работы по охране труда и условиями труда работников на предприятиях, консультации у руководителя практики от кафедры, согласно расписанию. Ведение записей в конспект. Заключительный этап ознакомительной практики, оформление отчета и документации, подготовка к зачету с оценкой	Тест, вопросы к зачету с оценкой

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ПРОХОЖДЕНИЯ УЧЕБНОЙ, ОЗНАКОМИТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКИ

Таблица 2

№ п/п	Код компе- тенции	Содержание компетенции (или её части)	Индикаторы компетен- ций	В прохождении практики обучающиеся должны:		
				знать	уметь	владеть
1.	УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	ИУК-2.1. Формулирует в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение	принципы декомпозиции цели на задачи; теоретические и методологические основы разработки проектов	преобразовывать идею в цель и задачи; анализировать исходную информацию и выделять основную проблему	методиками разработки цели и задач; методами оценки продолжительности и стоимости проекта
2.	УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	ИУК-3.4. Эффективно взаимодействует с другими членами команды, в т.ч. участвует в обмене информацией, знаниями, опытом и в обсуждении результатов работы команды	теоретические основы и практические аспекты организации командной работы	эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом	навыками участия в командной работе с личной ответственностью за результат в рамках реализуемой роли (трудовой функции)
3.	УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	ИУК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей	инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей	применять инструменты управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей	методами управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей

КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И ДРУГИЕ МАТЕРИАЛЫ ОЦЕНКИ

знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе прохождения учебной практики.

Задания по практике

Задание 1: изучение общих положений по технологиям производства и переработки сельскохозяйственной продукции, методам и средствам их реализации, обеспечения нормируемых и безопасных условий труда (включая техническую, пожарную и экологическую безопасность);

Задание 2: организация работы по указанным направлениям и анализ трамвоопасных ситуаций при производстве работ с поиском путей безопасного выполнения работ;

Задание 3: изучение путей обеспечения безопасности: т.е. порядок допуска к работе, обеспечение безопасности в процессе работы, режимы труда и отдыха и др.;

Задание 4: непосредственное выполнение обучающимся определённых видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью (практическая подготовка обучающегося).

Критерии оценки:

- Оценку «отлично» заслуживает обучающийся, освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал без пробелов; выполнивший все задания, предусмотренные учебным планом на высоком качественном уровне; практические навыки профессионального применения освоенных знаний сформированы.
- Оценку «хорошо» заслуживает обучающийся, практически полностью освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, учебные задания не оценены максимальным числом баллов, в основном сформировал практические навыки.
- Оценку «удовлетворительно» заслуживает обучающийся, частично с проблемами освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, многие учебные задания либо не выполнил, либо они оценены числом баллов близким к минимальному, некоторые практические навыки не сформированы.

- Оценку «неудовлетворительно» заслуживает обучающийся, не освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, учебные задания не выполнил, практические навыки не сформированы.

Контрольные вопросы для промежуточной аттестации (зачёт с оценкой по учебной практике)

Вопросы для оценки компетенции

УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

ИУК-2.1. Формулирует в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение

Знать:

1. Методику формулирования в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение.
2. Методику определения круга задач в рамках поставленной цели исходя из действующих правовых норм.
3. Методику определения круга задач в рамках поставленной цели исходя из имеющихся ресурсов и ограничений.
4. Методику определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимальных способов их решения исходя из действующих правовых норм.
5. Методику определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимальных способов их решения исходя из имеющихся ресурсов и ограничений.

Уметь:

1. Формулировать в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение.
2. Определять круг задач в рамках поставленной цели исходя из действующих правовых норм.
3. Определять круг задач в рамках поставленной цели исходя из имеющихся ресурсов и ограничений.
4. Определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения исходя из действующих правовых норм.
5. Определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения исходя из имеющихся ресурсов и ограничений.

Владеть:

1. Навыком формулирования в рамках поставленной цели проекта совокупности взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение
2. Навыком определения круга задач в рамках поставленной цели исходя из действующих правовых норм.
3. Навыком определения круга задач в рамках поставленной цели исходя из имеющихся ресурсов и ограничений.
4. Навыками определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимальных способов их решения исходя из действующих правовых норм
5. Навыками определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимальных способов их решения исходя из имеющихся ресурсов и ограничений.

Вопросы для оценки компетенции

УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

ИУК-3.4. Эффективно взаимодействует с другими членами команды, в т.ч. участвует в обмене информацией, знаниями, опытом и в обсуждении результатов работы команды

Знать:

1. Методику эффективного взаимодействия с другими членами команды.
2. Методику обсуждения результатов работы команды.
3. Методику осуществления социального взаимодействия.
4. Методику реализации своей роли в команде.
5. Методику обмена с командой информацией, знаниями, опытом.

Уметь:

1. Эффективно взаимодействовать с другими членами команды.
2. Обсуждать результаты работы команды.
3. Осуществлять социальное взаимодействие.
4. Реализовывать свою роль в команде.
5. Обмениваться с командой информацией, знаниями, опытом.

Владеть:

1. Навыком эффективного взаимодействия с другими членами команды.
2. Навыком обсуждения результатов работы команды.
3. Навыком осуществления социального взаимодействия.
4. Навыком реализации своей роли в команде.
5. Навыком обмена с командой информацией, знаниями, опытом.

Вопросы для оценки компетенции

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

ИУК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей

Знать:

1. Перечень инструментов управления временем при выполнении конкретных задач и проектов.
2. Перечень инструментов управления временем при достижении поставленных целей.
3. Перечень методов управления временем при выполнении конкретных задач и проектов.
4. Перечень методов управления временем при достижении поставленных целей.
5. Методику выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Уметь:

1. Использовать инструменты управления временем при выполнении конкретных задач и проектов.
2. Использовать инструменты управления временем при достижении поставленных целей.
3. Использовать методы управления временем при выполнении конкретных задач и проектов.
4. Использовать методы управления временем при достижении поставленных целей.
5. Выстраивать и реализовывать траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Владеть:

1. Навыком использования инструментов управления временем при выполнении конкретных задач и проектов.
2. Навыком использования инструментов управления временем при достижении поставленных целей.
3. Навыком использования методов управления временем при выполнении конкретных задач и проектов.
4. Навыком использования методов управления временем при достижении поставленных целей.

5. Навыками выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Критерии оценки:

- Оценку «отлично» заслуживает обучающийся, освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал без пробелов; выполнивший все задания, предусмотренные учебным планом на высоком качественном уровне; практические навыки профессионального применения освоенных знаний сформированы.
- Оценку «хорошо» заслуживает обучающийся, практически полностью освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, учебные задания не оценены максимальным числом баллов, в основном сформировал практические навыки.
- Оценку «удовлетворительно» заслуживает обучающийся, частично с пробелами освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, многие учебные задания либо не выполнил, либо они оценены числом баллов близким к минимальному, некоторые практические навыки не сформированы.
- Оценку «неудовлетворительно» заслуживает обучающийся, не освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, учебные задания не выполнил, практические навыки не сформированы.

Тестовые вопросы

УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

ИУК-2.1. Формулирует в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение

1. Проектная деятельность – это:

- А) документально оформленное соглашение между заказчиками и исполнителями проекта, в котором оговариваются цели и задачи проекта, а также все условия и сроки выполнения работ по проекту
- Б) деятельность фирмы, которая является основной и приносит организации значительную часть дохода, а также прочая деятельность, за исключением финансовой и инвестиционной
- В) способ достижения цели через детальную разработку проблемы в условиях ограниченности по срокам и ресурсам, которая должна завершиться вполне определённым практическим результатом, оформленным тем или иным образом

2. Проект – это:

- А) временное предприятие, направленное на создание уникального продукта, услуги или результата надлежащего качества, в ограниченные сроки с использованием ограниченных ресурсов
- Б) множество элементов, находящихся в отношениях и связях друг с другом, которое образует определённую целостность, единство
- В) процесс создания проекта и его фиксация в какой-либо внешне выраженной форме

3. Методы исследования делятся на:

- А) формирующие и констатирующие
- Б) теоретические и эмпирические
- В) диалектические и исторические

4. К теоретическим методам исследования относятся:

- А) контент-анализ
- Б) наблюдение
- В) анализ

5. Синтез – это:

- А) эмпирический метод психолого-педагогических исследований
- Б) метод научного исследования, в основе которого лежит процесс соединения или объединения ранее разрозненных вещей или понятий в одно целое
- В) понятие, означающее представление о чем-либо в более совершенном виде, чем это есть на самом деле

6. Дедукция – это:

- А) метод мышления
- Б) оценочная практика
- В) метод исследования

7. Среди теоретических методов найдите эмпирический:

- А) анализ
- Б) синтез
- В) наблюдение

8. Метод мышления, в котором осуществляется переход от частного знания к более общему, называется:

- А) интерпретация
- Б) интериоризация
- В) индукция

9. К теоретическим методам относятся:

- А) наблюдение
- Б) эксперимент
- В) синтез

10. Метод исследования, который предполагает организацию ситуации исследования и позволяет её контролировать в процессе всей работы:

- А) наблюдение
- Б) эксперимент
- В) анкетирование

11. Гипотеза – это:

- А) предположение или догадка, утверждение, не предполагающее доказательство
- Б) утверждение, предполагающее доказательство
- В) предположение или догадка, утверждение, предполагающее доказательство

12. Практико–ориентированный проект - это:

- А) сбор информации о каком-нибудь объекте, явлении
- Б) доказательство или опровержение гипотезы
- В) решение практических задач заказчика проекта

13. Метод исследования – это:

- А) способ достижения, какой либо цели, решения конкретной задачи, совокупность приёмов и операций практического и теоретического освоения
- Б) точка зрения, с позиции которой рассматриваются или воспринимаются те или иные предметы, понятия, явления
- В) инструмент для добывания фактического материала

14. Укажите преимущество подгрупповых проектов:

- А) автор проекта получает наиболее полный и разносторонний опыт проектной деятельности на всех этапах работы
- Б) возможность обогащаться опытом других, видеть более эффективные стратегии работы
- В) формируются навыки сотрудничества, умения проявлять гибкость, видеть точку зрения другого, идти на компромисс ради общей цели

15. В план исследовательской работы не входит:

- А) титульный лист
- Б) список литературы
- В) основная часть

16. Методы исследования, основанные на опыте, практике:

- А) эмпирические
- Б) теоретические
- В) статистические

17. Типовая система управления включает:

- А) аппаратно-программный комплекс поддержки коммуникаций
- Б) организационная структура и роли в проекте
- В) информационная система сопровождения проекта

18. Компонент плана управления проектом, описывающий происхождение планирования, структурирования, мониторинг и контроля коммуникации по проекту это:

- А) план коммуникаций
- Б) план настройки коммуникаций команды
- В) матрица ответственности

19. Методика RACI используется для:

- А) оценки эффективности команды проекта

- Б) составления матрицы ответственности
- В) формирования состава команды проекта

20. Основоположником метода проектов в обучении был:

- А) К.Д. Ушинский
- Б) Дж. Дьюи
- В) Дж. Джонсон

21. Слово «проект» в буквальном переводе обозначает:

- А) самый главный
- Б) предшествующий действию
- В) брошенный вперед

22. Компонентами творческой деятельности являются:

- А) фантазия
- Б) последовательность
- В) строгое следование инструкции

23. Сбор информации о каком-либо объекте или явлении, анализ, обобщение информации включает проект:

- А) прикладной
- Б) информационный
- В) творческий

24. Выберите, что из нижеперечисленного относится к признакам классификации проектов:

- А) основные сферы деятельности, в которых осуществляется проект
- Б) продолжительность периода осуществления проекта
- В) характер предметной области проекта

25. Установите соответствие:

- | | |
|-------------------------------|--|
| 1 Вертикальные коммуникации | А) взаимодействие руководителей с подчиненными, а также подразделений с разных уровней корпоративной иерархии |
| 2 Горизонтальные коммуникации | Б) поддерживающая бизнес-функция в компаниях, призванная решить стратегические задачи построения эффективной системы взаимодействия между подразделениями и сотрудниками |

- В) коммуникация с миром, находящимся за пределами организации, это коммуникация между организацией и внешней средой
- Г) различные формы общения между коллегами, т.е. равными по иерархическому уровню индивидами внутри одного подразделения или между подразделениями

УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

ИУК-3.4. Эффективно взаимодействует с другими членами команды, в т.ч. участвует в обмене информацией, знаниями, опытом и в обсуждении результатов работы команды

1. Роль не относящаяся к проектной деятельности:

- А) Руководитель проект
- Б) Копирайтер
- В) Вдохновитель

2. В процессе превращения новации в инновацию с использованием дивергентного мышления происходит ...

- А) Генерация идей
- Б) Внедрение
- В) Критический анализ

3. «Команда проекта» - это

- А) Руководители проекта со стороны заказчика и исполнителя
- Б) Физические и/или юридические лица, которые непосредственно вовлечены в реализацию проекта
- В) Временная рабочая группа, выполняющая работы по проекту и ответственная перед руководителем проекта за их выполнение

4. Внеслужебными называются отношения, складывающиеся между членами ... группы вне их служебной (профессиональной) деятельности (в часы досуга, в процессе совместного отдыха и т.д).

- А) Малой
- Б) Средней

В) Референтной

5. Стилъ управления, который целесообразен и оправдан лишь в критических ситуациях (аварии, боевые военные действия и т.п.)

А) Компромиссный

Б) Демократический

В) Авторитарный

6. Под навыками групповой работы понимают: навыки эффективного общения, решение проблем и принятие решений, достижение согласия (консенсуса); навыки обратной связи, или навыки критики.

А) Конструктивной

Б) Эффективной

В) Целенаправленной

7. Тип лидера, не выходящий в своей активности за рамки выполнения тех обязанностей, которые предписаны ему правилами политической деятельности

А) Авторитетный

Б) Функциональный

В) Традиционный

8. Наиболее существенными характеристиками взаимопонимания являются адекватность и

А) Идентификация

Б) Аутентичность

В) Идентичность

9. Черта психологии группы, которая выражает степень единомыслия и единодействия ее членов, и является обобщенным показателем их духовной общности и единства

А) Сплоченность

Б) Толерантность

В) Единообразие

10. Управление проектом — управление процессом его:

А) Планирования

Б) Реализации

В) Разработки

11. Предпосылками сплоченности группы являются, в первую очередь срабатываемость и ...ее членов

- А) Нейтральность
- Б) Совместимость
- В) Неконфликтность

12. Генеральная цель проекта, четко выраженная причина его существования - это

- А) Концепция
- Б) Миссия
- В) Стратегия

13. Методы сетевого планирования основываются на методах оценки и пересмотра планов и:

- А) Построения стрелочных диаграмм
- Б) Структурной декомпозиции работ
- В) Критического пути

14. Формирование команды включает: эффективное использование сильных сторон состава команды; распределение ролей в команде для оптимального достижения результатов; формирование новой структуры при слиянии, поглощении, ... предприятия

- А) Реструктуризация
- Б) Модернизация
- В) Развития

15. Важными характеристиками командообразования являются взаимозависимость, сплоченность и ...

- А) Синергия
- Б) Эмпатия
- В) Понимания

16. Группа — это ограниченная общность людей, выделяющаяся или выделяемая из социального целого на основе качественных признаков: характера выполняемой деятельности, возраста, пола, социальной принадлежности, структуры, уровня развития.

- А) Размером

- Б) Территорией
- В) Стереотипами

17. Тренинг командообразования относится к группе тренингов специальных...

- А) Умений
- Б) Навыков
- В) Компетенций

18. Процесс не относящийся к управлению командой:

- А) Формирование проектной команды
- Б) Разрешение конфликтных ситуаций
- В) Управление проектной командой

19. Установите соответствие:

1 Разработка определенного будущего состояния системы, процессов отношений.

2 Совокупность приемов и средств достижения цели (словесные описания, таблицы, схемы, сети взаимодействий)

- А) Цель проектирования
- Б) Средства проектирования
- В) Методы проектирования

20. Оценка количества рабочего времени, необходимого для выполнения отдельных работ с указанием их начала и окончания

- А) Определение работ
- Б) Определение последовательности работ
- В) Оценка продолжительности работ

21. К ключевым измерениям проекта не относится:

- А) Сроки
- Б) Окупаемость
- В) Результат

22. Основные причины конфликтов в проекте

- А) Приоритеты в проекте
- Б) Ресурсы
- В) Цели

23. Установите соответствие:

1 «Давайте выясним причину и постараемся ее устранить»

2 «Давайте найдем золотую середину»

А) Решение проблемы

Б) Нахождение компромиссов

В) Сглаживание

24. Установите соответствие:

1 «Остыньте и делайте каждый свою работу»

2 «Делай как я сказал»

А) Сглаживание

Б) Принуждение

В) Нахождение компромиссов

25. Установите соответствие:

1 «Наш шеф – мировое светило, мы очень уважаем его мнение и сделает так, как он сказал»

2 «Я имею доступ к информации, которой нет у вас, поэтому я руковожу»

3 «Если ты не сделаешь эту работу вовремя, то лишишься премии»

А) Экспертный вид власти в проекте

Б) Ссылочный вид власти в проекте

В) Взыскательный вид власти в проекте

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

ИУК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей

1. Самоменеджмент – это:

1. техника, которая подразумевает рациональное использование временных ресурсов

2. процесс целенаправленного и последовательного управления деятельностью человека как индивида

3. сложная система, которая постоянно находится в процессе достижения целей и проявлении личностных ценностей

2. Сущность самоменеджмента может быть выражена в следующих положениях:

1. определение целей
2. составление плана
3. принятие решений

3. К функциям самоменеджмента относятся:

1. постоянный самоконтроль
2. организация своего рабочего времени и пространства
3. организация эффективного механизма трудовой деятельности

4. Метод организационного управления в самоменеджменте подразумевает:

1. сопротивление внешним негативным влияниям
2. планирование дальнейшей деятельности, исходя из объективного анализа текущей ситуации
3. эмоциональное равновесие в перерывах между напряженной работой

5. К методам самоменеджмента относятся:

1. методика саморегуляции стресса
2. аутогенная тренировка
3. метод корреляции

6. Планирование в самоменеджменте включает следующие этапы:

1. составление заданий
2. оценка длительности дел
3. резервирование времени
4. все ответы верные

7. Для самоорганизации характерно:

1. высокая степень ответственности
2. устойчивая внутренняя потребность в достижении цели
3. самопреодоление
4. отсутствие необходимости во внешнем стимулировании
5. все ответы верные

8. При самомотивации сотрудники могут быть:

1. высокоорганизованными
2. плохо управляемыми
3. нет верного ответа

9. Основными компонентами самомотивации и самоорганизации являются:

1. наличие значимой цели
2. наличие мотивирующих факторов
3. наличие ресурсов на их осуществление
4. нет верного ответа
5. все ответы верные

10. В психологическом плане контроль в самоменеджменте должен способствовать повышению:

1. мотивации труда
2. производительности труда
3. организации труда

11. Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART критериям, одним из которых является ...

1. определенность
2. измеримость
3. узнаваемость
4. инвестируемость
5. делимость

12. Различают следующие техники самонастройки:

1. «Якорение»
2. «Швейцарский сыр»
3. «Заточка карандашей»
4. все ответы верные

13. Какая предпосылка необходима для планирования и принятия определенных решений?

1. определенные действия
2. поставленные задачи
3. постановка цели

14. Что необходимо для планирования Вашего рабочего дня:

1. составить список заданий на день
2. напротив каждого задания указать приблизительное время его выполнения
3. не указывать приоритетность спланированных на день дел

15. Среди методов планирования времени руководителя следует назвать:

1. метод «Альпы»
2. мозговой штурм
3. анкетирование

16. Методы планирования времени руководителя включают:

1. принцип Эйзенхауэра
2. метод моментных наблюдений
3. хронометраж

17. Правило планирования времени:

1. планом должно быть охвачено не более 60% вашего времени
2. 40% должно быть оставлено в качестве резервного времени
3. планом должно быть охвачено 85% вашего времени

18. Неэффективно организованные процессы деятельности, ведущие к потерям времени, называются ...

1. похитителями качества
2. поглотителями времени
3. растратчиками финансового капитала
4. расхитителями собственности
5. рубрикаторами потерь

19. В контекстном планировании задачи, для которых время исполнения известно заранее, называются:

1. бюджетизируемыми
2. жесткими
3. приоритетными

20. Одна из наиболее характерных причин дефицита времени:

1. несоответствие работника и занимаемой им должности
2. соответствие работника и занимаемой им должности
3. умение контролировать свои потребности

21. Одна из наиболее характерных причин дефицита времени:

1. адекватная оценка своих способностей, скорости работы, результативности
2. неадекватная оценка своих способностей, скорости работы, результативности
3. соответствие работника и занимаемой им должности

22. ... – это представление информации, которое позволяет увидеть всю совокупность и взаимосвязь элементов и дает возможность эффективно принимать решения:

1. Обзор проблем
2. Обзор плана
3. Обзор задач

23. Технология, позволяющая использовать невосполнимое время жизни в соответствии со своими личными и бизнес-целями и ценностями:

1. Тайм-менеджмент
2. Смарт-менеджмент
3. Лайм-менеджмент

24. Беспокойство менеджера из-за недостатка времени можно определить по следующему признаку:

1. своевременное завершение работы
2. сосредоточение на работе
3. из-за нехватки времени в течение рабочего дня менеджер вынужден завершать работу дома

25. Один из процессов тайм-менеджмента:

1. организация
2. контроль достижения цели, выполнения планов, подведение итогов по результатам
3. целедостижение