

**Оценочные средства для проведения аттестации
по дисциплине «Самоменеджмент»
по образовательной программе
38.03.02. Менеджмент,
направленность (профиль) Управление в здравоохранении
(бакалавриат),
форма обучения очная, очно-заочная
на 2026-2027 учебный год**

1. Оценочные средства для проведения текущего контроля на занятиях (ТК), оценки самостоятельной работы обучающихся (СР), проведения промежуточной аттестации (ПА), позволяющие проверить сформированность у обучающихся предусмотренных программой дисциплины знаний (з) / умений (у) / навыков (н) (ЗУН):

УК-6.1.1. Знает основные принципы самовоспитания и самообразования, в том числе необходимые для реализации требований рынка труда

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Знает: УК-6.1.1. Знает основные принципы самовоспитания и самообразования, в том числе необходимые для реализации требований рынка труда	з-1. Знает основные принципы самовоспитания, самообразования, саморазвития и самоменеджмента исходя из требований рынка труда и целей и задач организации

№	Раздел(ы), подразделы(ы) дисциплины (модули, модульные единицы), формирующий(е) данный ЗУН	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА
1	Содержание дисциплины Модуль 1. Основы	1. Выбор нескольких	Выберите три верных ответа из шести.	1) конкретность; 2) измеримость;	да	да	нет

	целеполагания. Модульная единица 1. Целеполагание. Модульная единица 2. Самомотивация. Модуль 2. Развитие мышления. Модульная единица 3. Эмоциональный интеллект.	правильных ответов	В критерии SMART-цели входят такие критерии, как: 1) конкретность; 2) измеримость; 3) определённость во времени; 4) наличие риска; 5) вдохновение; 6) исполнители;	3) определённость во времени;			
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Как называется осознанный образ желаемого конечного результата, на достижение которого направлены действия человека или системы?	цель	да	нет	да

УК-6.2.1. Умеет демонстрировать умение самоконтроля и рефлексии, позволяющие самостоятельно корректировать обучение по выбранной траектории

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.2 Умеет: УК-6.2.1. Умеет демонстрировать умение самоконтроля и рефлексии, позволяющие самостоятельно корректировать обучение по выбранной траектории	у-1. Умеет демонстрировать умение самоконтроля и самооценки, позволяющие самостоятельно корректировать профессиональное развитие по выбранной траектории

№	Раздел(ы), подразделы(ы) дисциплины (модули, модульные единицы), формирующий(е) данный ЗУН	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА

1	Содержание дисциплины Модуль 1. Основы целеполагания. Модульная единица 1. Целеполагание. Модульная единица 2. Самомотивация. Модуль 2. Развитие мышления. Модульная единица 3. Эмоциональный интеллект. Модульная единица 4. Когнитивные искажения.	1. Выбор нескольких правильных ответов	Выберите три верных ответа из шести. Формула Берхарда- Глейчера включает такие переменные, как: 1) неудовлетворённость; 2) видение; 3) первые шаги; 4) неопределённость; 5) возмущение; 6) отрицание.	1) неудовлетворённость; 2) видение; 3) первые шаги;	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Как называется перечень действий, подконтрольных индивиду по концепции Стивена Кови (в противоположность «кругу забот»??	круг влияния	да	нет	да

УК-6.3.1. Владеет способами управления своей познавательной деятельностью и удовлетворения образовательных интересов и потребностей

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.3 Владеет: УК-6.3.1. Владеет способами управления своей познавательной деятельностью и удовлетворения образовательных интересов и потребностей	н-1. Имеет навык (опыт деятельности) управления своей профессиональной деятельностью на основе знания принципов самоменеджмента и тайм-менеджмента

№	Раздел(ы), подразделы(ы) дисциплины (модули, модульные единицы),	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА

	формирующий(е) данный ЗУН						
1.	Содержание дисциплины Модуль 1. Основы целеполагания. Модульная единица 1. Целеполагание. Модульная единица 2. Самомотивация. Модуль 2. Развитие мышления. Модульная единица 3. Эмоциональный интеллект. Модульная единица 4. Когнитивные искажения.	1. Установите соответствие	Установите соответствие между названием уровня мотивации по А.Маслоу и его описанием Уровень мотивации: 1. физиологические потребности 2. потребности безопасности 3. потребности в социальной принадлежности Характеристика уровня: А. самые насущные нужды, необходимые для выживания организма Б. стремление к стабильности, комфорту, защите от внешних угроз В. желание быть принятым, общение, дружба, любовь, потребность в поддержке	физиологические потребности - самые насущные нужды, необходимые для выживания организма потребности безопасности - стремление к стабильности, комфорту, защите от внешних угроз потребности в социальной принадлежности - желание быть принятым, общение, дружба, любовь, потребность в поддержке	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым	Как в НЛП называется психологический	якорь	да	нет	да

		ответом	триггер (звук, запах, жест, визуальный образ), который подсознательно связывает внешнее событие с конкретной эмоцией или состоянием, вызывая их повторное переживание?				
--	--	----------------	--	--	--	--	--

2. Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации:

1. Понятие, содержание и цель самоменеджмента.
2. Основные правила и принципы самоменеджмента здоровья.
3. Постановка цели как исходная фаза самоменеджмента.
4. Оптимальная система планирования в самоменеджменте.
5. Контроль в системе самоменеджмента.
6. Самоконтроль в системе самоменеджмента.
7. Техники самоменеджмента в управлении временем.
8. Основные требования к составлению плана дел.
9. Основные методы карьерного самоменеджмента.
10. Самоидентификация.
11. Самомаркетинг.
12. Самопродвижение.
13. Самопрезентация.
14. Самомониторинг.
15. Самоимиджирование .
16. Рациональное управление потоком коммуникаций.

3. Пример билета для промежуточной аттестации

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Волгоградский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Дисциплина: Самоменеджмент

Бакалавриат по направлению подготовки 38.03.02. Менеджмент, направленность (профиль) «Управление в здравоохранении»

Учебный год: 2026-2027

Билет № 1

Вопросы:

1. Понятие, содержание и цель самоменеджмента
2. Самопрезентация

Заведующий кафедрой

С.Ю. Соболева

В полном объеме фонд оценочных средств по дисциплине доступен в ЭИОС ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России.

Рассмотрено на заседании кафедры экономики и менеджмента им. Н.П. Григоренко, протокол от «02»июня 2026 г. № 11.

Заведующий кафедрой



С.Ю. Соболева