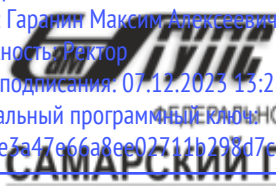


Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Гарант Максим Алексеевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 07.12.2023 13:28:58  
Уникальный программный ключ:  
7708e7a47e66a8ee02711b298d7e78bd1e40bf88

 **МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА**  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ**

Приложение  
к рабочей программе дисциплины

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### Тренинг-практикум по самоорганизации и саморазвитию

*(наименование дисциплины)*

Направление подготовки

**38.03.02 Менеджмент**

*(код и наименование)*

Направленность (профиль)

**Логистика**

*(наименование)*

## Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Типовые контрольные задания или иные материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.
3. Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации.

## 1 Пояснительная записка

**Цель промежуточной аттестации по дисциплине** – оценивание промежуточных результатов обучения по дисциплине, обеспечивающих достижение планируемых результатов освоения образовательной программы.

**Формы промежуточной аттестации:**

Зачет с оценкой – 1 курс (заочное обучение)

### Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины

ОК-6	способностью к самоорганизации и самообразованию
------	--

### Результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Оценочные материалы
ОК-6: способностью к самоорганизации и самообразованию	<i>Обучающийся знает:</i> - цели и задачи общекультурного и профессионального саморазвития, методологию, технологии и современные инструменты развития собственной личности, базовые принципы и приемы критического мышления; - способы саморазвития и технологии самообразования, исходя из целей совершенствования профессиональной деятельности;	Тестовые задания 1-10
	<i>Обучающийся умеет:</i> - устанавливать приоритеты при выборе инструментов непрерывного образования с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы осуществления деятельности; - применять техники обучения для саморазвития и профессионального роста;	Задание 11-13
	<i>Обучающийся владеет:</i> - навыками саморазвития и инструментами непрерывного образования, рефлексии своих действий; - навыками построения программ личностного роста с использованием цифровых инструментов.	Задание 14 - 17

Промежуточная аттестация (зачет с оценкой) проводится в одной из следующих форм:

- 1) собеседование/тестирование;
- 2) выполнение заданий в ЭИОС СамГУПС.

**2. Типовые<sup>1</sup> контрольные задания или иные материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих уровень сформированности компетенций**

#### 2.1 Типовые вопросы (тестовые задания) для оценки знаниевого образовательного результата

Проверяемый образовательный результат

Код и наименование	Образовательный результат
--------------------	---------------------------

<sup>1</sup> Приводятся типовые вопросы и задания. Оценочные средства, предназначенные для проведения аттестационного мероприятия, хранятся на кафедре в достаточном для проведения оценочных процедур количестве вариантов. Оценочные средства подлежат актуализации с учетом развития науки, образования, культуры, экономики, техники, технологий и социальной сферы. Ответственность за нераспространение содержания оценочных средств среди обучающихся университета несут заведующий кафедрой и преподаватель – разработчик оценочных средств.

компетенции		
ОК-6: способностью к самоорганизации самообразованию	к и	Обучающийся знает: - цели и задачи общекультурного и профессионального саморазвития, методологию, технологии и современные инструменты развития собственной личности, базовые принципы и приемы критического мышления; - способы саморазвития и технологии самообразования, исходя из целей совершенствования профессиональной деятельности;

1. Каковы самые частые цели учебы:

- А. Чтобы вырасти в хорошего специалиста и сделать карьеру.
  - Б. Чтобы быть счастливым.
  - В. Чтобы стать личностью.
- А. Все из перечисленного.  
Б. Ничего из перечисленного.

2. Как называется вещество, которое покрывая аксоны нейронов, улучшает их проводимость для электрических импульсов:

- А. Казеин
- Б. Миелин
- В. Куркумин

3. Сколько часов, по данным психолога Андерса Эриксона необходимо тренироваться, чтобы достичь уровня мирового эксперта в большинстве видов деятельности человека:

- А. 5 000 часов
- Б. 20 000 часов
- В. 10 000 часов

4. Что такое мотивация:

- А. Внутренняя сконцентрированность на действии
- Б. Определение цели действия
- В. Энергия необходимая для действия

5. Какие два основных вида мотивации бывают:

- А. Положительная и отрицательная
- Б. Внутренняя и внешняя
- В. Быстрая и медленная

6. Непрерывное образование предусматривает:

- А. стимулирование постоянного самообразования
- Б. повышение квалификации, переподготовку для изменяющихся условий, постоянное самообразование
- В. постоянное повышение квалификации

7. Из каких уровней состоит пирамида Франклина:

- А. Истинные желания, Глобальная цель, Генеральный план, Долгосрочный план, Краткосрочный план, План на день
- Б. Жизненные ценности, Глобальная цель, Генеральный план, Долгосрочный план, Краткосрочный план, План на день
- В. Жизненные ценности, Глобальная цель, Генеральный план, Долгосрочный план, Краткосрочный план, План на час

8. Какая техника тайм-менеджмента, активно применявшаяся 34-м президентом США и названная в его честь, популярна и в настоящее время:

- А. Пирамида Эйзенхауэра
- Б. Матрица Эйзенхауэра
- В. Круг Эйзенхауэра

9. Инструмент планирования и управления задачами, выглядящий как горизонтальные полосы, расположенные между двумя осями: списком задач по вертикали и датами по горизонтали:

- А. Диаграмма Ганта
- Б. Колесо баланса
- В. Трекер Ганта

10. Метод управления разработкой чего-либо, реализующий принцип «точно в срок» и способствующий равномерному распределению нагрузки между работниками:

- А. ДАГОБАН
- Б. КАНБАН
- В. МОНБЛАН

## 2.2 Типовые задания для оценки навыкового образовательного результата

Код и наименование компетенции	Образовательный результат
ОК-6: способностью к самоорганизации самообразованию	<p><i>Обучающийся умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать приоритеты при выборе инструментов непрерывного образования с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы осуществления деятельности;</li> <li>- применять техники обучения для саморазвития и профессионального роста;</li> </ul>
<p>Задание 11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) выбрать приложение (онлайн-инструмент) для построения интеллект-карт;</li> <li>б) создать интеллект-карту, посвященную планированию какого-нибудь важного дела</li> <li>в) презентовать на практическом занятии с использованием системы онлайн голосования за результат.</li> </ul> <p>Задание 12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) выбрать онлайн-инструменты наиболее подходящие для организации работы обучающегося</li> <li>б) провести анализ времени на использование онлайн-инструментов в сравнении с оффлайн.</li> <li>в) описать преимущества и недостатки выбранных инструментов организации работы. Оформить как презентацию.</li> </ul> <p>Задание 13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) провести анализ открытых источников на предмет нейрофизиологических аспектов обретения и сохранения мотивации;</li> <li>б) если в результате выяснится, что существуют цифровые продукты для поддержания мотивации, то выбрать оптимальный для себя;</li> <li>в) составить конспект по указанной теме на основе найденных источников и указать в нем, выбранные цифровые продукты</li> </ul>	
Код и наименование компетенции	Образовательный результат
ОК-6: способностью к самоорганизации самообразованию	<p><i>Обучающийся владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками саморазвития и инструментами непрерывного образования, рефлексии своих действий;</li> <li>- навыками построения программ личностного роста с использованием цифровых инструментов</li> </ul>
<p>Задание 14. Мои фирменные сильные стороны</p> <p>Задание: определите сильные стороны личностных ресурсов Этапы выполнения упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1) Изучите список качеств Gallup</li> <li>2) Оцените степень выраженности качества у вас, используя 10- балльную шкалу (1-минимальная оценка воплощения, 10 -максимальная оценка).</li> <li>3) Какие ваши личные качества имеют наивысшую оценку? Выпишите их на отдельный лист. Это ваши сильные стороны</li> <li>4) Ответьте на вопросы: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Это действительно Я?</li> <li>– Нравится ли мне использовать это качество?</li> <li>– Чувствую ли я при этом радость и прилив энергии?</li> </ul> </li> <li>5) Подумайте о том, в каких областях вашей жизни и как вы можете применить свои сильные стороны.</li> <li>6) Попробуйте проделать то же самое с другими классификациями и сравнить результаты.</li> </ul> <p>Задание 15 Мой личный план работы с помехами</p>	

Ответьте на несколько вопросов:

1. Что может мешать моему продвижению (список помех, если у вас его еще нет)?
2. Какие качества вашей собственной личности могут стать помехами (да-да, и тут мы смотрим не только на внешние показатели)?
3. Какая из помех имеет максимальный вес?
4. Можете ли вы влиять на появление этой помехи?

4а. Если да, то какой способ профилактики будет наилучшим? (Если вы не сталкивались с этим прежде, то попробуйте вспомнить, сталкивался ли кто-либо из ваших знакомых с подобным, как он это решал? Или просто подумайте, как решил бы эту проблему человек, которого вы уважаете).

4б. Если нет, то кто мог бы помочь вам разобраться с этой помехой? Каким способом?

Важный ограничитель – если помеха требует изменения вашего привычного поведения (например, есть что-то глобальное типа лени), то не пытайтесь придумать, как справиться с ней вообще. Найдите конкретное проявление этой помехи в действиях (например, вместо того, чтобы вечером открыть книжку вы зависаете в социальных сетях) и придумайте механизм замещения конкретного действия.

Задание 16 Программа саморазвития

Объединяя знания из моделей: Цели, Ресурсы, критерии SMART, добавляйте «Первый шаг». Заполните таблицу 2.

Таблица 2 - Программа саморазвития

Цель (что я хочу)	Ресурсы внешние и внутренние (что мне нужно)	Инструменты (как я буду это делать)	Сроки (когда должно быть сделано)	Критерии достижения (как я пойму, что достиг)	Первый шаг (что можно начать уже сейчас)

Задания для самостоятельной проработки:

1. Какой первый шаг я могу сделать уже сегодня?
  2. Что в моем окружении может стать поддержкой для начинаемых мною действий? Что не даст мне остановиться на половине пути?
  3. Какие привычки были в моем прошлом, которые давали мне силы и помогали добиваться успеха?
  4. Какие привычки мне стоит ввести для того, чтобы добиваться успеха в будущем?
- Обоснуйте полученные результаты.

Задание 17

- а) осуществить поиск мобильных приложений (онлайн платформ) для прогрессивного конспектирования.
- б) изучить вопрос об интеллект-картах и скетчноутинге, как об инструментах конспектирования и составить прогрессивный конспект
- в) создать презентацию по результатам, загрузить в ЭИОС и презентовать на практическом занятии с использованием онлайн системы голосования за результат

### 2.3. Перечень вопросов для подготовки обучающихся к промежуточной аттестации

1. Развитие личности через обучение
2. Прокрастинация и мотивация
3. Хронометраж
4. Управление личным временем
5. Нейрофизиологические аспекты обретения и сохранения мотивации
6. Хронометраж как инструмент самодисциплины
7. Инструменты целеполагания и расстановки приоритетов
8. Инструменты планирования
9. Инструменты организации работы
10. Интеллект-карты как инструмент планирования
11. Определение целей. Поиск источников. Ознакомление и фильтрация
12. Анализ и понимание (скорость чтения, внимание, понимание)
13. Анализ и понимание (запоминание)
14. Использование

15. Хранение
16. Развитие критического мышления
17. Основные понятия управления командой:
18. Процессы управления человеческими ресурсами в команде.
19. Организационные структуры команд.
20. Миссия, цели, задачи организации. Цели и задачи команды.
21. Природа планирования, распределение ресурсов.
22. Исследование внутренней и внешней среды, в т.ч. с использованием цифровых средств.
23. Стратегические альтернативы
24. Критерии отбора в команду.
25. Ролевая модель.

### **3 Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации**

#### **Критерии формирования оценок по ответам на вопросы, выполнению тестовых заданий**

- оценка **«отлично»** выставляется обучающемуся, если количество правильных ответов на вопросы составляет 100 – 90% от общего объема заданных вопросов;
- оценка **«хорошо»** выставляется обучающемуся, если количество правильных ответов на вопросы – 89 – 76% от общего объема заданных вопросов;
- оценка **«удовлетворительно»** выставляется обучающемуся, если количество правильных ответов на тестовые вопросы – 75–60 % от общего объема заданных вопросов;
- оценка **«неудовлетворительно»** выставляется обучающемуся, если количество правильных ответов – менее 60% от общего объема заданных вопросов.

#### **Критерии формирования оценок по результатам выполнения заданий**

**«Отлично/зачтено»** – ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

**«Хорошо/зачтено»** – ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

**«Удовлетворительно/зачтено»** – ставится за работу, если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и двух недочетов.

**«Неудовлетворительно/не зачтено»** – ставится за работу, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки «удовлетворительно» или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

*Виды ошибок:*

- *грубые ошибки: незнание основных понятий, правил, норм; незнание приемов решения задач; ошибки, показывающие неправильное понимание условия предложенного задания.*
- *негрубые ошибки: неточности формулировок, определений; нерациональный выбор хода решения.*
- *недочеты: нерациональные приемы выполнения задания; отдельные погрешности в формулировке выводов; небрежное выполнение задания.*

#### **Критерии формирования оценок по зачету с оценкой**

**«Отлично/зачтено»** – студент приобрел необходимые умения и навыки, продемонстрировал навык практического применения полученных знаний, не допустил логических и фактических ошибок

**«Хорошо/зачтено»** – студент приобрел необходимые умения и навыки, продемонстрировал навык практического применения полученных знаний; допустил незначительные ошибки и неточности.

**«Удовлетворительно/зачтено»** – студент допустил существенные ошибки.

**«Неудовлетворительно/не зачтено»** – студент демонстрирует фрагментарные знания изучаемого курса; отсутствуют необходимые умения и навыки, допущены грубые ошибки.