

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Баламирзоев Назим Лиодинович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 24.02.2026 11:50:42  
Уникальный программный ключ:  
5cf0d6f89e80f49a334f6a4ba58e91f3326b9926

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный технический университет»

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по дисциплине «Технологии личностного роста»  
(указывается индекс и наименование дисциплины)

Уровень образования

магистратура

(бакалавриат/магистратура/специалитет)

Направление подготовки

10.04.01 Информационная безопасность

(код, наименование направления подготовки)

Направленность

Киберразведка и противодействие угрозам с  
применением технологий искусственного

интеллекта

(наименование)

Разработчик

  
(подпись)

Мирземагомедова М.М., к.т.н.

(ФИО, уч. степень, уч. звание)

Фонд оценочных средств обсужден на заседании кафедры ИБиПИ

«05» февраля 2026 г., протокол № 6/1

Зав. выпускающей кафедрой

  
(подпись)

Качаева Г.И., к.э.н.

(ФИО, уч. степень, уч. звание)

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ .....	3
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ .....	3
3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....	4
3.1. Контроль и оценка освоения дисциплины по темам (разделам).....	4
3.2. Перечень заданий для текущего контроля .....	5
4. ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ .....	7
5. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ .....	7
5.1. Критерии оценки текущего контроля и промежуточной аттестации .....	10

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) является неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины «Технологии личностного роста» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся (в т.ч. самостоятельной работе обучающихся), освоивших программу данной дисциплины.

Целью разработки фонда оценочных средств является установление соответствия уровня подготовки обучающихся требованиям федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (далее - ФГОС ВО) по направлению подготовки 10.04.01 Информационная безопасность.

Рабочей программой дисциплины «Технологии личностного роста» предусмотрено формирование следующих компетенций:

- 1) УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

Формой аттестации по дисциплине является зачета.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по дисциплине осуществляется комплексная проверка индикаторов достижения компетенций их формирования в процессе освоения ОПОП.

Таблица 1.

Результаты обучения: индикаторы достижения	Формируемые компетенции
УК-6.1. Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные) для успешного выполнения порученного задания	УК-6
УК-6.2. Определяет образовательные потребности и способы совершенствования собственной (в том числе профессиональной) деятельности на основе самооценки	
УК-6.3. Выбирает и реализует стратегию собственного развития в профессиональной сфере	

### 3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Контроль и оценка освоения дисциплины по темам (разделам)

Предметом оценки служат индикаторы достижения компетенций, предусмотренные ОПОП, направленные на формирование универсальных компетенций.

Таблица 2.

Элемент дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Проверяемые компетенции/ индикаторы достижения	Форма контроля	Проверяемые компетенции/ индикаторы достижения
<b>Тема 1. Технология оценки своей жизни</b>	Письменная работа №1 Устный опрос Практическая работа Самостоятельная работа Реферат	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Зачетная работа	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3
<b>Тема 2. Технология планирования</b>	Письменная работа №2 Устный опрос Практическая работа Самостоятельная работа Реферат	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Зачетная работа	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3
<b>Тема 3. Технология построения личной стратегии</b>	Письменная работа №3 Устный опрос Практическая работа Самостоятельная работа Реферат	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Зачетная работа	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3
<b>Тема 4. Технология управления собой во времени.</b>	Письменная работа №4 Устный опрос Практическая работа Самостоятельная работа Реферат	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Зачетная работа	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3
<b>Тема 5. Технология построения опоры на себя</b>	Письменная работа №5 Устный опрос Практическая работа Самостоятельная работа Реферат	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Зачетная работа	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3
<b>Тема 6. Технология усиления воли и самоконтроля</b>	Письменная работа №6 Устный опрос Практическая работа Самостоятельная работа	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Зачетная работа	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3

	Реферат			
<b>Тема 7. Общение как условие личностного роста</b>	Письменная работа №7 Устный опрос Практическая работа Самостоятельная работа Реферат	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Зачетная работа	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3
<b>Тема 8. Технологии стабилизации самооценки</b>	Письменная работа №8 Устный опрос Практическая работа Самостоятельная работа Реферат	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Зачетная работа	УК-6: УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3

### 3.2. Перечень заданий для текущего контроля

**Формируемая компетенция: УК-6**

#### Перечень заданий закрытого типа

Задание № 1. Перед началом работы над сложным проектом по анализу уязвимостей специалист проводит самооценку. Какой из перечисленных ресурсов он должен оценить в первую очередь для реалистичного планирования сроков?

- А) Текущую загрузку другими задачами и доступное время.
- В) Стоимость необходимого программного обеспечения.
- С) Цветовую схему интерфейса будущего отчета.
- Д) Количество кофе-пауз в течение дня.

Задания № 2. Специалист по ИБ осознал, что ему не хватает глубоких знаний в области криптографии для участия в проекте по разработке защищенного протокола. Что является первым шагом в определении его образовательной потребности?

- А) Записаться на первый попавшийся онлайн-курс.
- В) Запросить у руководства повышение зарплаты.
- С) Четко сформулировать, какие конкретные знания и навыки из области криптографии требуются для проекта.
- Д) Решить, что эта тема слишком сложна, и отказаться от проекта.

Задания № 3. Установите соответствие между методом/инструментом личного роста и задачей, для решения которой он в первую очередь предназначен:

Метод/инструмент	Задача личного роста
1. Колесо баланса (Wheel of Life)	А) Осознание своих сильных и слабых сторон, возможностей и угроз для карьеры.
2. Анализ SWOT (для самооценки)	В) Всесторонняя оценка удовлетворенности различными сферами жизни для выявления дисбаланса.
3. Техника Pomodoro	С) Структурирование рабочего времени для повышения фокуса и управления временным ресурсом.
4. Карта целеполагания по методу OKR	Д) Связывание амбициозных целей с конкретными, измеримыми результатами для отслеживания прогресса.

Задания № 4. Установите соответствие между примером профессиональной ситуации и ключевым личностным ресурсом, необходимым для ее успешного разрешения:

<b>Профессиональная ситуация</b>	<b>Ключевой личностный ресурс</b>
1. Необходимость быстро освоить новый язык программирования для задачи автоматизации.	А) Когнитивная гибкость и способность к быстрому обучению.
2. Работа в условиях неопределенности при расследовании сложной атаки.	В) Эмоциональная устойчивость и стрессоустойчивость.
3. Публичное выступление с докладом об исследовании уязвимости.	С) Навыки уверенной коммуникации и самопрезентации.
4. Длительный проект, требующий постоянной концентрации.	Д) Воля, самоконтроль и умение откладывать gratification.

Задания № 5. Установите логическую последовательность шагов при определении приоритетов собственной деятельности на неделю с использованием матрицы Эйзенхауэра.

- а) Распределить все задачи по четырем квадрантам: «Срочно и Важно», «Не срочно, но Важно», «Срочно, но Не важно», «Не срочно и Не важно».
- б) Составить общий список всех задач и дел на предстоящую неделю.
- в) Сфокусироваться на выполнении задач из квадранта «Не срочно, но Важно» для профилактики кризисов и развития.
- г) Немедленно выполнить задачи из квадранта «Срочно и Важно».
- д) Делегировать или минимизировать время на задачи из квадрантов «Срочно, но Не важно» и «Не срочно и Не важно».

### **Перечень заданий открытого типа**

Задание № 1. Как называется известная техника управления временем, предполагающая работу интервалами по 25 минут с короткими перерывами?

Задания № 2. Какой термин описывает осознанный процесс размышления над своим опытом, действиями и эмоциями с целью извлечения уроков для будущего?

Задания № 3. Как называется метод, при котором большая цель разбивается на меньшие, конкретные и последовательные шаги?

Задания № 4. Дополните определение, вставляя пропущенное слово:

Процесс самостоятельного управления своим обучением, поиска и использования ресурсов для приобретения новых знаний и навыков называется \_\_\_\_\_ образованием.

Задания № 5. Дополните определение, вставляя пропущенное слово:

Стратегия развития, при которой человек целенаправленно ищет сложные проекты или задачи за пределами зоны комфорта для ускоренного роста, называется целенаправленным \_\_\_\_\_.

## 4. ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ

### *Формируемая компетенция: УК-6*

#### Перечень заданий закрытого типа

Задание № 1. Перед началом работы над сложным проектом по анализу уязвимостей специалист проводит самооценку. Какой из перечисленных ресурсов он должен оценить в первую очередь для реалистичного планирования сроков?

- A) Текущую загрузку другими задачами и доступное время.
- B) Стоимость необходимого программного обеспечения.
- C) Цветовую схему интерфейса будущего отчета.
- D) Количество кофе-пауз в течение дня.

Задания № 2. Специалист по ИБ осознал, что ему не хватает глубоких знаний в области криптографии для участия в проекте по разработке защищенного протокола. Что является первым шагом в определении его образовательной потребности?

- A) Записаться на первый попавшийся онлайн-курс.
- B) Запросить у руководства повышение зарплаты.
- C) Четко сформулировать, какие конкретные знания и навыки из области криптографии требуются для проекта.
- D) Решить, что эта тема слишком сложна, и отказаться от проекта.

Задания № 3. Магистрант хочет за два года вырасти от junior до middle-специалиста по анализу вредоносного ПО. Какой инструмент поможет ему сформулировать конкретную и измеримую стратегию развития?

- A) SMART-критерии для постановки целей.
- B) Генератор случайных задач.
- C) Ежедневный гороскоп.
- D) Список общих пожеланий.

Задания № 4. При выполнении срочного задания по реагированию на инцидент специалист понимает, что не укладывается в срок из-за нехватки экспертизы в конкретной технологии. Какое действие будет наиболее эффективным с точки зрения управления своими ресурсами и пределами?

- A) Молчать и пытаться разобраться самому, рискуя сорвать срок.
- B) Немедленно сообщить руководителю о проблеме и запросить помощь или уточнение приоритетов.
- C) Сделать вид, что работа завершена.
- D) Обвинить в неудаче коллег.

Задания № 5. Какой из форматов является наиболее структурированным и эффективным инструментом для регулярной самооценки профессиональных успехов и неудач с целью выявления точек роста?

- A) Случайные размышления по дороге домой.
- B) Ведение профессионального дневника (журнала рефлексии).
- C) Обсуждение своих ошибок только с друзьями вне работы.
- D) Просмотр развлекательных видеороликов.

Задания № 6. Для реализации стратегии профессионального развития в области искусственного интеллекта для кибербезопасности специалист решает пройти курс машинного обучения. Какой принцип выбора курса будет наименее эффективным?

- A) Выбор курса, соответствующего текущему уровню знаний и ведущего к нужному результату.
- B) Выбор самого дорогого курса на рынке, предполагая, что цена гарантирует качество.

- С) Выбор курса с хорошими отзывами и признанным преподавателем.
- Д) Анализ программы курса на соответствие поставленным целям обучения.

Задания № 7. Установите соответствие между методом/инструментом личного роста и задачей, для решения которой он в первую очередь предназначен:

Метод/инструмент	Задача личного роста
1. Колесо баланса (Wheel of Life)	А) Осознание своих сильных и слабых сторон, возможностей и угроз для карьеры.
2. Анализ SWOT (для самооценки)	В) Всесторонняя оценка удовлетворенности различными сферами жизни для выявления дисбаланса.
3. Техника Pomodoro	С) Структурирование рабочего времени для повышения фокуса и управления временным ресурсом.
4. Карта целеполагания по методу OKR	Д) Связывание амбициозных целей с конкретными, измеримыми результатами для отслеживания прогресса.

Задания № 8. Установите соответствие между примером профессиональной ситуации и ключевым личностным ресурсом, необходимым для ее успешного разрешения:

Профессиональная ситуация	Ключевой личностный ресурс
1. Необходимость быстро освоить новый язык программирования для задачи автоматизации.	А) Когнитивная гибкость и способность к быстрому обучению.
2. Работа в условиях неопределенности при расследовании сложной атаки.	В) Эмоциональная устойчивость и стрессоустойчивость.
3. Публичное выступление с докладом об исследовании уязвимости.	С) Навыки уверенной коммуникации и самопрезентации.
4. Длительный проект, требующий постоянной концентрации.	Д) Воля, самоконтроль и умение откладывать gratification.

Задания № 9. Установите логическую последовательность шагов при определении приоритетов собственной деятельности на неделю с использованием матрицы Эйзенхауэра.

- а) Распределить все задачи по четырем квадрантам: «Срочно и Важно», «Не срочно, но Важно», «Срочно, но Не важно», «Не срочно и Не важно».
- б) Составить общий список всех задач и дел на предстоящую неделю.
- в) Сфокусироваться на выполнении задач из квадранта «Не срочно, но Важно» для профилактики кризисов и развития.
- г) Немедленно выполнить задачи из квадранта «Срочно и Важно».
- д) Делегировать или минимизировать время на задачи из квадрантов «Срочно, но Не важно» и «Не срочно и Не важно».

Задания № 10. Установите правильную последовательность этапов формирования личной стратегии профессионального развития.

- а) Регулярный пересмотр и корректировка плана на основе обратной связи и новых обстоятельств.
- б) Анализ текущей ситуации: самооценка компетенций, определение интересов и ценностей.
- в) Составление конкретного плана действий: курсы, проекты, чтение, сроки.
- г) Определение целевого образа «Я-профессионал» на конкретный период (1-3 года).
- д) Выявление разрывов (Gap Analysis) между текущим и целевым состоянием.

### Перечень заданий открытого типа

Задание № 1. Как называется известная техника управления временем, предполагающая работу интервалами по 25 минут с короткими перерывами?

Задания № 2. Какой термин описывает осознанный процесс размышления над своим опытом, действиями и эмоциями с целью извлечения уроков для будущего?

Задания № 3. Как называется метод, при котором большая цель разбивается на меньшие, конкретные и последовательные шаги?

Задания № 4. Какой личностный ресурс часто обозначают как «способность откладывать сиюминутное удовольствие ради достижения долгосрочной цели»?

Задания № 5. Дополните определение, вставляя пропущенное слово:  
Процесс самостоятельного управления своим обучением, поиска и использования ресурсов для приобретения новых знаний и навыков называется \_\_\_\_\_ образованием.

Задания № 6. Дополните определение, вставляя пропущенное слово:  
Стратегия развития, при которой человек целенаправленно ищет сложные проекты или задачи за пределами зоны комфорта для ускоренного роста, называется целенаправленным \_\_\_\_\_.

## 5. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

### 5.1. Критерии оценки текущего контроля и промежуточной аттестации

В ФГБОУ ВО «ДГТУ» внедрена модульно-рейтинговая система оценки учебной деятельности обучающихся. В соответствии с этой системой применяются пятибалльная, двадцати балльная и стобалльная шкалы знаний, умений, навыков.

Таблица 3.

Шкалы оценивания			Критерии оценивания
пятибалльная	двадцати балльная	стобалльная	
«Отлично» - 5 баллов	«Отлично» - 18-20 баллов	«Отлично» - 85 – 100 баллов	<p>Показывает высокий уровень сформированности компетенций, т.е.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- продемонстрирует глубокое и прочное усвоение материала;</li> <li>- исчерпывающе, четко, последовательно, грамотно и логически стройно излагает теоретический материал;</li> <li>- правильно формирует определения;</li> <li>- демонстрирует умения самостоятельной работы с нормативно-правовой литературой;</li> <li>- умеет делать выводы по излагаемому материалу.</li> </ul>
«Хорошо» - 4 баллов	«Хорошо» - 15 - 17 баллов	«Хорошо» - 70 - 84 баллов	<p>Показывает достаточный уровень сформированности компетенций, т.е.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует достаточно полное знание материала, основных теоретических положений;</li> <li>- достаточно последовательно, грамотно логически стройно излагает материал;</li> <li>- демонстрирует умения ориентироваться в нормальной литературе;</li> <li>- умеет делать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу.</li> </ul>
«Удовлетворительно» - 3 баллов	«Удовлетворительно» - 12 - 14 баллов	«Удовлетворительно» - 56 – 69 баллов	<p>Показывает пороговый уровень сформированности компетенций, т.е.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует общее знание изучаемого материала;</li> <li>- испытывает серьезные затруднения при ответах на дополнительные вопросы;</li> <li>- знает основную рекомендуемую литературу;</li> <li>- умеет строить ответ в соответствии со структурой излагаемого материала.</li> </ul>
«Неудовлетворительно» - 2 баллов	«Неудовлетворительно» - 1-11 баллов	«Неудовлетворительно» - 1-55 баллов	<p>Ставится в случае:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- незнания значительной части программного материала;</li> <li>- не владения понятийным аппаратом дисциплины;</li> <li>- допущения существенных ошибок при изложении учебного материала;</li> <li>- неумение строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса;</li> <li>- неумение делать выводы по излагаемому материалу.</li> </ul>

### Критерии оценки тестовых заданий

Таблица 4.

<b>Процент выполненных тестовых заданий</b>	<b>Оценка</b>
до 50%	неудовлетворительно
50-69%	удовлетворительно
70-84%	хорошо
85-100%	отлично

### Критерии оценки тестовых заданий, заданий на дополнение, с развернутым ответом и на установление правильной последовательности

Верный ответ - 2 балла.

Неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.

### Критерии оценки заданий на сопоставление

Верный ответ - 2 балла

1 ошибка - 1 балл

более 1-й ошибки или ответ отсутствует - 0 баллов.

**КЛЮЧИ К ЗАДАНИЯМ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**

Таблица 5.

<b>Формируемые компетенции</b>	<b>№ задания</b>	<b>Ответ</b>
УК-6	<b>Задания закрытого типа</b>	
	№ 1	А
	№ 2	С
	№ 3	1-В, 2-А, 3-С, 4-Д
	№ 4	1-А, 2-В, 3-С, 4-Д
	№ 5	б а г в д
	<b>Задания открытого типа</b>	
	№ 1	Pomodoro
	№ 2	Рефлексия
	№ 3	Декомпозиция
	№ 4	Самостоятельным
	№ 5	Растяжением

**КЛЮЧИ К ЗАДАНИЯМ ДЛЯ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ**

Таблица 6.

<b>Формируемые компетенции</b>	<b>№ задания</b>	<b>Ответ</b>
УК-6	<b>Задания закрытого типа</b>	
	№ 1	А
	№ 2	С
	№ 3	А
	№ 4	В
	№ 5	В
	№ 6	В
	№ 7	1-В, 2-А, 3-С, 4-Д
	№ 8	1-А, 2-В, 3-С, 4-Д
	№ 9	б а г в д
	№ 10	б г д в а
	<b>Задания открытого типа</b>	
	№ 1	Ромодоро
	№ 2	Рефлексия
	№ 3	Декомпозиция
	№ 4	Самоконтроль
	№ 5	Самостоятельным
	№ 6	Растяжением