

### Аннотация дисциплины

Дисциплина (Модуль)	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
Реализуемые компетенции	<p>УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни.</p> <p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
Индикаторы достижения компетенций	<p>УК-6.1 определяет свои ресурсы и их пределы (личностные, психофизиологические, ситуативные временные и т.д.) для успешного выполнения порученной работы.</p> <p>УК-6-2. реализовывает знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.) планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда.</p> <p>УК-6-3. Выстраивает гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности и динамично изменяющихся требований рынка труда.</p> <p>УК-7.1. поддерживает должный уровень физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, соблюдает правила и нормы здорового образа жизни.</p> <p>УК-7.2. использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p> <p>УК-7.3. применяет здоровьесберегающие технологии для обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
Трудоемкость, з.е.	328
Формы отчетности (в т.ч. по семестрам)	Зачет (2-10 семестр)