

### Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина (Модуль)	Физическая культура и спорт
Реализуемые компетенции	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни
Результаты освоения дисциплины (модуля)	УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности УК-7.4 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни УК-6.1. Оценивает собственные ресурсы и их пределы, оптимально их распределяет для успешного выполнения профессиональной деятельности УК-6.2. Определяет задачи саморазвития и профессионального роста, распределяет их на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения УК-6.3. Выстраивает гибкую траекторию образования в течение всей жизни, используя инструменты непрерывного образования, с учетом динамично изменяющихся требований рынка труда
Трудоемкость,	72/2
Формы отчетности (в т.ч. по	Зачет - 1, 2 семестр