Подвальный Евгений Семенович
Подписано цифровой подписью: Подвальный Евгений Семенович
Дата: 2025.03.25 11:15:03 +03'00'

УК ОС-7 Способен поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

1. Ключевой индикатор освоения компетенции

На основе самодиагностики физического состояния отбирает и реализует методы поддерживания физического здоровья.

2. Компоненты освоения компетенции

Очная форма обучения

Компонент освоения компетенции	**Промежуточный индикатор освоения компонента**
УК ОС–7.1. Способен вовлекаться в организованные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия.	Посещает учебные занятия по дисциплине.
УК ОС-7.2. Способен вовлекаться в организованные и самостоятельные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия.	Посещает организационные и самостоятельные занятия по дисциплине.
УК ОС-7.3. Способен вовлекаться в самостоятельные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия, поддерживать и развивать уровень своей физической подготовленности на основе самостоятельного выбора вида физкультурно-спортивной деятельности, исходя из личных и профессиональных целей	Посещает самостоятельные занятия по дисциплине.
УК ОС -7.4. Способен разработать программу физического саморазвития.	Разрабатывает программу физического саморазвития. Посещает самостоятельные занятия по физической культуре в рамках программы саморазвития.
УК ОС -7.5. Способен реализовать программу физического саморазвития[1].	Реализует программу физического саморазвития. Посещает самостоятельные занятия по физической культуре в рамках программы саморазвития.
УК ОС -7.6. Способен формировать, использовать, поддерживать общефизические, социально-психологические ресурсы необходимые для здорового образа жизни[2].	Посещает учебные занятия по дисциплине

[1] Этап реализуется в рамках элективных дисциплин (модулей), а также участия обучающихся в мероприятиях соответствующей направленности во внеучебное время.

[2] Этап реализуется в рамках элективных дисциплин (модулей), а также участия обучающихся в мероприятиях соответствующей направленности во внеучебное время.