**КОМПЕТЕНЦИЯ УК-6**

|  |  |
| --- | --- |
| УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | З-УК-6 Знать: основные приемы эффективного управления собственным временем; основные методики самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни; У-УК-6 Уметь: эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать методы саморегуляции, саморазвития и самообучения; В-УК-6 Владеть: методами управления собственным временем; технологиями приобретения, использования и обновления социо-культурных и профессиональных знаний, умений, и навыков; методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни |

|  |  |
| --- | --- |
| Перечень дисциплин | Физическая культура и спорт (1-2 семестр)Элективные курсы по физической культуре и спорту (1-7 семестр) |

| **№** | **Вопросы** | **Ответы** |
| --- | --- | --- |
| **Физическая культура и спорт (1-2 семестр)** |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Элективные курсы по физической культуре и спорту (1-7 семестр)** |
|  |  |  |
|  |  |  |