

**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины**  
**«Модель личного здоровьесберегающего поведения»**  
**Основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки**  
**21.03.01 Нефтегазовое дело**  
**Направленность**  
**Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти**

**1. Целью** изучения дисциплины «Модель личного здоровьесберегающего поведения» является формирование у обучающихся умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области здоровьесберегающих технологий.

**2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.** Дисциплина «Модель личного здоровьесберегающего поведения» относится к обязательной части Блока 1 учебного плана по тематике «Поведение человека».

**3. Результаты освоения дисциплины: формируемые компетенции и индикаторы их достижения**

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)	Код и наименование результата обучения по дисциплине
<b>УК-6.</b> Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<b>УК-6.1.</b> Эффективно управляет собственным временем.	<b>Знать</b> средства и методы эффективного управления собственным временем (31)
		<b>Уметь</b> применять средства и методы эффективного управления собственным временем (У1)
		<b>Владеть</b> средствами и методами эффективного управления собственным временем (В1)
	<b>УК-6.2.</b> Планирует траекторию своего профессионального развития и предпринимает шаги по её реализации.	<b>Знать</b> средства и методы планирования траектории своего профессионального развития (32)
		<b>Уметь</b> применять средства и методы планирования траектории своего профессионального развития и предпринимать шаги по ее реализации (У2)
		<b>Владеть</b> средствами и методами планирования траектории своего профессионального развития и предпринимать шаги по ее реализации (В2)
	<b>УК-6.3.</b> Использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков.	<b>Знать</b> способы использования предоставляемых возможностей для приобретения новых знаний и навыков (33)
		<b>Уметь</b> применять на практике способы использования предоставляемых возможностей для приобретения новых знаний и навыков (У3)
		<b>Владеть</b> способами использования предоставляемых возможностей для приобретения новых знаний и навыков (В3)
<b>УК-7.</b> Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>УК-7.1.</b> Понимает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества.	<b>Знать</b> роль и значение физической культуры в жизни человека и общества (34)
		<b>Уметь</b> объяснить роль и значение физической культуры в жизни человека и общества (У4)
		<b>Владеть</b> способностью приобретать и применять знания, умения и навыки по формированию здорового образа жизни (В4)
	<b>УК-7.2.</b> Применяет на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки.	<b>Знать</b> разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки (35)
		<b>Уметь</b> применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки (У5)
<b>Владеть</b> разнообразными средствами физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки (В5)		

	<b>УК-7.3.</b> Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.	<b>Знать</b> средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни (З6)
		<b>Уметь</b> применять на практике средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни (У6)
		<b>Владеть</b> средствами и методами физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни (В6)

**4. Общая трудоемкость дисциплины** составляет – 3 зачетные единицы, 108 часов

**5. Форма промежуточной аттестации**

очная форма обучения: зачет – 2 семестр.

очно-заочная форма обучения: зачет – 3 семестр.

**Разработал Р.Д. Татлыев, заведующий кафедрой «Нефтегазовое дело», к.т.н., доцент**

**Заведующий кафедрой**

**Р.Д.Татлыев**