**ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

**Знания** актуальных проблем физической культуры и спорта, методологии обучения двигательным действиям в различных видах спорта, использования нетрадиционных средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья; формирование основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

**Умения**определять цель физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности занимающихся физическими упражнениями; овладение системой практических умений, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей качеств и свойств личности,самоопределение в физической культуре и спорте.

**Навыки** формирования физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессиональной деятельности и другим направлениям.

Утверждено на заседании кафедры физической культуры: протокол № 1 от «27» августа 2024 г.

Зав.кафедрой физической культуры проф. Сероштан В.М.