

Перечень практических навыков и умений, которые необходимо освоить студенту

*Студент должен уметь:*

1. Применять средства физической культуры для профилактики заболеваний в зависимости от состояния здоровья, физической подготовленности, профессии и психоэмоционального состояния пациента.
2. Назначать оптимальный двигательный режим каждому пациенту.
3. Планировать оздоровительно-тренировочный процесс различным слоям населения.
4. Самостоятельно поддерживать своё физическое состояние и функциональные возможности на должном уровне.
5. Оценить физическое развитие пациента.
6. Использовать методы развития, совершенствования и контроля основных физических качеств.
7. Составить комплекс утренней, корригирующей и производственной гимнастики.
8. Владеть приемами массажа и самомассажа.
9. Применять знания по ППФП, инструкторские и судейские навыки при проведении оздоровительной работы по месту своей профессиональной деятельности.
10. Использовать приобретенные двигательные навыки при самостоятельных занятиях физическими упражнениями.
11. Использовать методы и приёмы агитационно-пропагандистской работы по вовлечению населения занятиями физической культуры и спортом.
12. Использовать правильную терминологию.
13. Владеть техническими приемами игры в волейбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис, дартс.
14. Держаться на воде.