**Перечень вопросов для зачета при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт»**

1. Всероссийский комплекс «ГТО»
2. Особенности самостоятельных занятий для лиц разных возрастных групп;
3. Способы и методы самоконтроля.
4. Дневник самоконтроля.
5. Приемы, методы и средства оценки физического развития и физической подготовленности;
6. Правила соревнований игры в баскетбол.
7. Правила соревнований игры в волейбол.
8. Правила соревнований игры в футбол
9. Проведение физкультурно-массового мероприятия составление положения и особенности организации.
10. Особенности занятий физической культурой при различных заболеваниях;
11. Научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
12. Средства физической культуры и спорта для повышения умственной и физической работоспособности;
13. Особенности составления и проведения комплекса утренней гигиенической гимнастики;
14. Особенности составления и проведения комплекса производственной гимнастики;
15. Средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.
16. Методы срочного, оперативного, текущего контроля и самоконтроля на занятиях физической культурой.