



БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДЕНО
Приказ ректора БГУ
04.04.2016 г. № 159 -ОД

ПОЛОЖЕНИЕ

О секции пилатеса
Студенческого городка БГУ

ГЛАВА 1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Секция пилатеса Студенческого городка Белорусского государственного университета (далее – секция) создана с целью формирования здорового образа жизни и развития физкультурно-оздоровительного движения среди обучающихся, проживающих в общежитиях Белорусского государственного университета.

2. Пилатес – это система специальных упражнений, направленных на оздоровление организма в целом, детальную проработку мышц, повышение эластичности и укрепление мышечно-связочного аппарата, повышение подвижности суставов. Секция действует в Студенческом городке БГУ.

3. Заниматься в секции могут обучающиеся БГУ .

ГЛАВА 2 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

4. Целью деятельности секции является развитие физкультурно-оздоровительного движения среди обучающихся, проживающих в общежитиях Белорусского государственного университета, повышение уровня их физического развития, формирование здорового образа жизни.

5. Основными задачами секции являются:

5.1. формирование у обучающихся представлений о роли физической культуры в формировании личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, знаний по основам физической культуры и здорового образа жизни, ответственности за собственное здоровье;

5.2. формирование потребности к регулярным занятиям физической культурой, установки на здоровый образ жизни;

5.3. приобщение обучающихся к активным занятиям оздоровительной физической культурой;

5.4. развитие физических качеств, формирование правильной осанки,

укрепление мышечно-связочного аппарата;

5.5. физическое самосовершенствование, повышение общего уровня здоровья и работоспособности обучающихся.

ГЛАВА 3 ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ

6. Основной формой работы секции является проведение тренировочных занятий.

7. Методами организации деятельности секции являются:

7.1. поддержание основных принципов оздоровительной физической культуры;

7.2. участие в спортивно-оздоровительных, зрелищно-спортивных мероприятиях;

7.3. сотрудничество с другими организациями, при проведении спортивных соревнований и других мероприятий.

ГЛАВА 4 ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ

8. Занятия проводятся в соответствии с расписанием работы секции, утвержденным заместителем проректора по учебно-воспитательной работе и социальным вопросам в форме тренировок.

9. Непосредственное проведение занятий осуществляется инструктором по физической культуре Студенческого городка БГУ.

Заместитель директора
Студенческого городка БГУ
по воспитательной работе

Д.И.Микулко