

ПОЛОЖЕНИЕ
о секции оздоровительной аэробики Студенческого городка
Белорусского государственного университета

1. Общие положения

1.1. Секция оздоровительной аэробики Студенческого городка Белорусского государственного университета (далее – секция) создана в целях повышения уровня здоровья студентов и их физических способностей, формирования у студентов убеждения в престижности здорового поведения и воспитания потребности в здоровом образе жизни, развития двигательных качеств, повышения двигательной активности при дефиците времени, развития чувства ритма, пластичности, гибкости, нормализации массы тела, привития потребности к систематическим занятиям физкультурой и спортом, обогащения знаний об активном отдыхе студентов.

1.2. Оздоровительная аэробика – вид гимнастики, включающий в себя комплекс специально подобранных физических упражнений, выполняемых поточным методом под музыкальное сопровождение.

1.3. Секция действует в Студенческом городке БГУ.

2. Основные задачи и методы работы

2.1. В своей деятельности секция решает следующие задачи:

2.1.1. проведение работы по широкому вовлечению студентов в систематические занятия спортом;

2.1.2. привлечение студентов, проживающих в общежитиях, к здоровому образу жизни через различные комплексы упражнений оздоровительной аэробики;

2.1.3. организация консультаций по вопросам питания, по разработке программ, учитывая индивидуальные особенности занимающихся.

2.2. Для достижения поставленных целей и задач секция использует следующие методы:

2.2.1. поддержание профессиональных принципов и традиций оздоровительной аэробики;

2.2.2. развитие материально-технической базы, проведение спортивно-оздоровительных, зрелищно-спортивных мероприятий, выставок и мероприятий;

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

3. Организация работы

3.1. Занятия проводятся в соответствии с графиком и расписанием в форме тренировок. Непосредственное проведение занятий осуществляется инструктором.