



«Школу  
правильной  
осанки»

УО Гомельский  
государственный университет  
имени Ф.Скорины, кафедра  
физического воспитания и  
спорта факультета физической  
культуры проводит набор в





Осанка — это не только привычное положение человека в покое и в движении, но и признак состояния здоровья, гармоничного развития опорно-двигательного аппарата, привлекательной внешности. Формированию правильной осанки достигаются, прежде всего путем укрепления мышечной системы, её разносторонней физической и физиологической тренировкой.

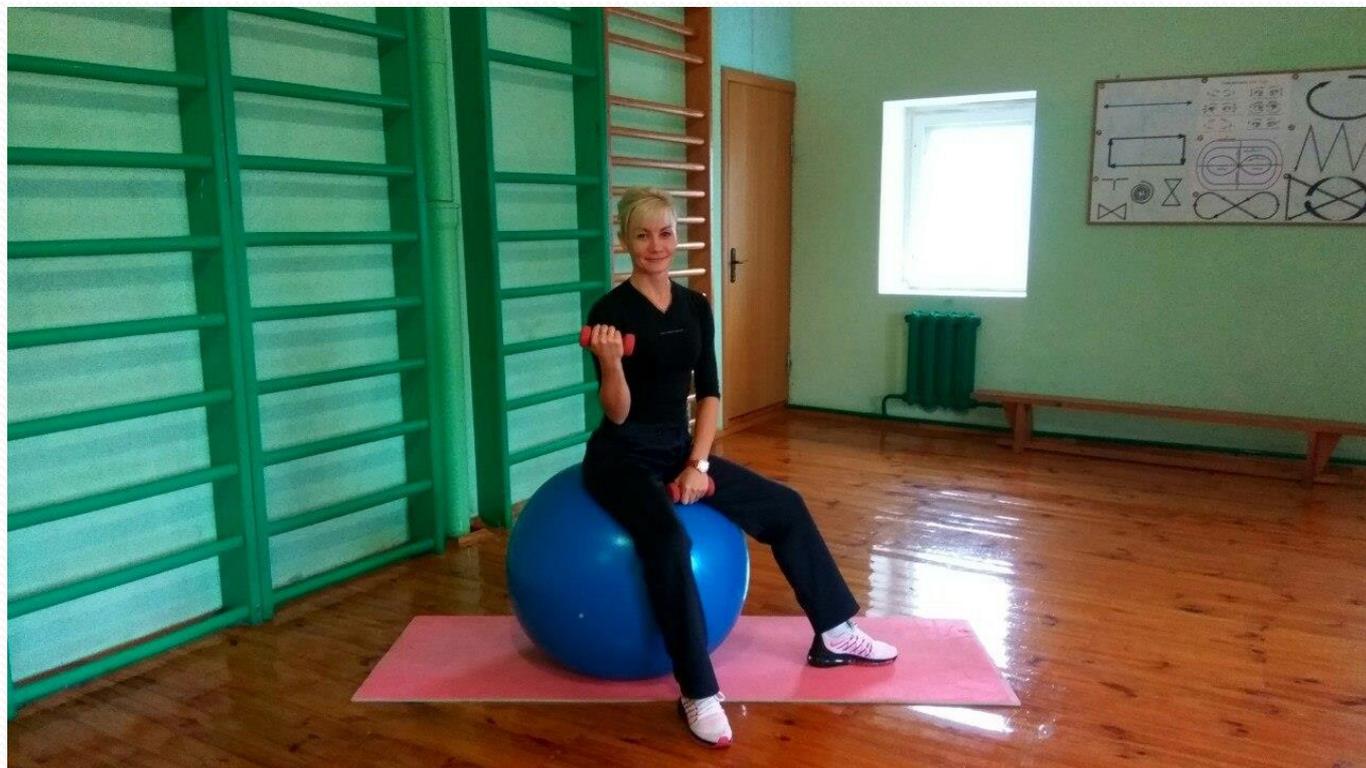
- Данная программа направлена на укрепление основных мышечных групп, отвечающих за формирование правильной осанки
- Обучение практическим навыкам правильной осанки
- Общее оздоровление организма
- Улучшение функционального состояния организма и сопротивляемости внешним факторам окружающей среды
- Предотвращение гиподинамии

# Групповые занятия



- 
- Проведение занятий как индивидуально так и групповым методом, по специально разработанной программе к каждому занимающимся на основании их функциональных и физиологических способностей.

Консультацию и занятия проводит инструктор-методист физической реабилитации, старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Зыкун Жанна Антоновна.



# Контактная информация

г.Гомель ул.Песина 70, Тел. 60-67-04;

e-mail: [sportchair@gsu.by](mailto:sportchair@gsu.by)