

ГБОУ ВПО Тверская ГМА Минздрава России  
Управление по воспитательной работе  
Спортивный клуб



**Зимние выездные  
учебно-тренировочные  
сборы команд академии  
по полиатлону, волейболу  
и студенческого отряда  
«Спасатель»**

**ПРОГРАММА**



Тверь 2015

### Мероприятие проводится с целью:

- ♦ привлечения обучающихся академии к ведению здорового образа жизни и систематическому занятию физической культурой и спортом.

### Задачи мероприятия:

- ♦ подготовка сборных команд академии по полиатлону и волейболу к участию в Фестивале спорта обучающихся медицинских и фармацевтических вузов России «Физическая культура и спорт — вторая профессия врача»;
- ♦ подготовка команды студенческого отряда «Спасатель» к соревнованиям по спасательным работам;
- ♦ оздоровление обучающихся путём систематических занятий физической культурой.

### I. Время и место проведения:

03.02.2015–13.02.2015, пансионат «Сокол» (Тверская обл., Осташковский р-н); 05.03.2015–15.03.2015, санаторий «Игуменка» (Тверская обл., Конаковский р-н).

### II. Оргкомитет

- ♦ Управление по воспитательной работе
- ♦ Спортивный клуб академии

### III. Участники

- ♦ Обучающиеся академии
- ♦ Сборные команды академии по волейболу, полиатлону
- ♦ Команда студенческого отряда «Спасатель»



К сборам допускаются обучающиеся, имеющие медицинский допуск.

### IV. Программа спортивного и физкультурно-массового раздела мероприятия

- ♦ Силовая подготовка: женщины — упражнение на брюшной пресс за 60 сек.; мужчины — подтягивания на высокой перекладине
- ♦ Кросс: женщины — 500 м, мужчины — 1000 м
- ♦ Тренировки сборной академии по волейболу: отработка техники подачи и приёма мяча, тренировочные игры и др.
- ♦ Тренировки студенческого отряда «Спасатель»: поисково-спасательные работы в природной среде, противопожарная подготовка, первая доврачебная помощь и др.
- ♦ Лыжный поход по местам боевых действий на озере Селигер в честь 70-летия Победы в Великой Отечественной войне

### V. Подведение итогов

Обучающиеся, которые покажут наилучшие результаты в спортивных соревнованиях будут рекомендованы к участию в Фестивале спорта обучающихся медицинских и фармацевтических вузов «Физическая культура и спорт — вторая профессия врача»; члены команды студенческого отряда «Спасатель», которые продемонстрируют наилучшие результаты будут рекомендованы к участию в соревнованиях по спасательным работам, с размещением информации на сайте.