



ВІННИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ім. М.І. ПИРОГОВА

СЕКЦІЯ ВОЛЕЙБОЛУ

— (жінки) —

БІЛЬШЕ, НІЖ ПРОСТО ГРА!



Секція волейболу (жінки) в університеті — це набагато більше, ніж просто можливість «покидати м'яч» після пар. Для студенток це чудовий спосіб поєднати корисне з приємним, причому з цілком конкретними бонусами для навчання та життя.



КОМАНДА ТА ДРУЖБА

Волейбол — це командна та дуже комунікативна гра. На відміну від тренажерного залу, де кожен сам по собі, тут ви постійно взаємодієте.

- Ви знайдете друзів не лише зі своєї групи чи факультету, а й з усього університету.
- Це знайомства з абсолютно різних спеціальностей, які точно знадобляться у майбутньому дорослому житті.



РОЗВИТОК ТІЛА ТА НАВИЧОК

Волейбол комплексно розвиває тіло, але робить це в ігровій формі:

- Прокачка м'язів: Особливо працюють ноги (завдяки постійним стрибкам і присіданням), прес, спина та плечовий пояс.
- Розвиток реакції та координації: Гра вчить миттєво приймати рішення, розвиває витривалість і спритність.
- Низький рівень травматизму: Волейболі немає прямого жорсткого контакту з суперником через сітку, що знижує ризик отримати серйозну травму.



ПСИХОЛОГІЧНЕ РОЗВАНТАЖЕННЯ (АНТИСТРЕС)

Волейбол працює, як ідеальний перемикач мозку, ви повністю фокусуєтесь на м'ячі, виплескуєте адреналін і «перезавантажуєте» нервову систему.



ХАРАКТЕР, ЯКИЙ ДОПОМАГАЄ В КАР'ЄРІ

Спорт формує характер, який потім допомагає в кар'єрі:

- Командна робота: Ви вчитеся довіряти партнерам і підстраховувати їх.
- Лідерство та відповідальність: Вміння брати гру на себе у критичні моменти (наприклад, на вирішальній подачі).
- Дисципліна: Регулярні тренування допомагають краще планувати свій день і менеджрити час.

НАШІ ДОСЯГНЕННЯ

В нашому університеті жіночий волейбол має гарні традиції, наші дівчата неодноразово були переможцями та призерами спартакіад, універсіад Вінницької області серед вищих навчальних закладів III–VI р.а. А саме в навчальному році **2025–2026 рр.**, жіноча студентська команда вперше виборила місце грати у III Етапі «Пліч-о-пліч Всеукраїнські Студентські Ліги» з волейболу.



Команда. Довіра.
Перемога! ❤️

ЦЕ БІЛЬШЕ, НІЖ СПОРТ!



ЗДОРОВ'Я
ТА ЕНЕРГІЯ



НОВІ ДРУЗИ
ТА ПІДТРИМКА



СИЛА ХАРАКТЕРУ
ТА УПВНЕНІСТЬ



УСПІХ У НАВЧАННІ
ТА ЖИТТІ



РОЗКЛАД ТРЕНУВАНЬ

студентської жіночої команди з волейболу
буде опубліковано на початку навчального року.

