

СОГЛАСОВАНО

Государственное учреждение
"РНПШ спорта"

(И.А. Малеваная)
" " 2021

СОГЛАСОВАНО

Начальник управления
национальных команд

(В.Н. Козлов)
" " 2021

СОГЛАСОВАНО

Начальник аналитического отдела
подготовки национальных и сборных команд

(А.Т. Барсук)
" " 2021

СОГЛАСОВАНО

Отдел игровых видов спорта

" " 2021

УТВЕРЖДЕНО

Учреждение "РЦОИ по водным видам
спорта"

(А.И. Рашин)
" " 2021

МОДЕЛЬ

подготовки национальной команды по водному поло

к главным соревнованиям 2022 года (для основного состава и молодежи)

СОСТАВ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ

| N п/п | Фамилия, Имя | Дисци- плина | Год рожд | Терри- тория | ФСО | Результат | | | Тренер ответственный за подготовку |
|----------|---------------------|-----------------|-------------|-----------------|------|------------------|---------------------------|---------------|--|
| | | | | | | имеет 2021г | план 2022г | факт 2023г | |
| 1. | Исаченко Никита | К | 1999 | Гомель | МСиТ | ЧР 3 м | ЧЕ выход в финал | | Ванда И.И. |
| 2. | Мальшев Максим | К | 2002 | Минск | МСиТ | ЧР 4 м | | | Ванда И.И. |
| 3. | Гирдюк Денис | К | 2004 | Витебск | МСиТ | ЧЕ U-17 финал | | | Ванда И.И. |
| 4. | Вареник Владислав | К | 2001 | Минск | МСиТ | ЧР 3 м | | | Ванда И.И. |
| 5. | Стрельцов Роман | К | 2004 | Минск | МСиТ | ЧЕ U-17 финал | | | Ванда И.И. |
| 6. | Булак Иван | К | 2004 | Витебск | МСиТ | ЧЕ U-17 финал | | | Ванда И.И. |
| 7. | Федорович Михаил | К | 2000 | Гомель | МСиТ | ЧР 3 м | | | Ванда И.И. |
| 8. | Галузо Станислав | К | 2004 | Витебск | МСиТ | ЧЕ U-17 финал | | | Ванда И.И. |
| 9. | Охримук Максим | К | 2003 | Брест | МСиТ | ЧР 3 м | | | Ванда И.И. |
| 10. | Филимонов Александр | К | 1999 | Гомель | МСиТ | ЧР 3 м | | | Ванда И.И. |
| 11. | Федорович Алексей | К | 2000 | Гомель | МСиТ | ЧР 3 м | | | Ванда И.И. |
| 12. | Байдук Павел | К | 1999 | Брест | МСиТ | ЧР 3 м | | | Ванда И.И. |
| 13. | Морозов Алексей | К | 2002 | Минск | МСиТ | ЧР 3 м | | | Ванда И.И. |
| 14. | Редько Илья | К | 1997 | Витебск | МСиТ | ЧР 3 м | | | Ванда И.И. |
| РЕЗЕРВ | | | | | | | | | |
| 15. | Поняков Иван | К | 2004 | Гомель | МСиТ | ЧЕ U-17 финал | | | Ванда И.И. |
| 16. | Алексетович Валерий | К | 2004 | Минск | МСиТ | ЧЕ U-17 финал | | | Ванда И.И. |
| 17. | Евсеев Владислав | К | 2004 | Гомель | МСиТ | ЧЕ U-17 финал | | | Ванда И.И. |

ПЛАН ТЕСТИРОВАНИЯ И ТЕКУЩИХ ОБСЛЕДОВАНИЙ

| Наименование тестов и обследований | N недель | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|----------|------|-------|------|------|------|-------|------|------|------|-------|------|-------|------|
| | 2 | | 3 | | 15 | | 23 | | 28 | | 33 | | 41 | |
| | план | факт | план | факт | план | факт | план | факт | план | факт | план | факт | план | факт |
| Тест № 1 | 3'15 | | | | 3'15 | | | | 3'15 | | | | | |
| | 15 | | | | 17 | | | | 18 | | | | | |
| | 10 | | | | 14 | | | | 15 | | | | | |
| Тест № 2 | | | 9" | | | | 9" | | | | 9" | | 9" | |
| | | | 1'10" | | | | 1'10" | | | | 1'10" | | 1'10" | |
| Тест № 3 | | | 10" | | | | 10" | | | | 10" | | 10" | |
| | | | 30м | | | | 30м | | | | 30м | | 30м | |
| Тест № 4 | | | 9" | | | | 9" | | | | 9" | | 9" | |
| | | | 30м | | | | 30м | | | | 30м | | 30м | |

ПОДПИСИ. Спортсмен _____ (_____) Тренер  (И.И.Ванда)

“ _____ ” _____ 2021 г. Врач  (Е.В.Корик)

I. ТРЕБОВАНИЯ К ФАРМАКОЛОГИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ ПО ВОДНОМУ ПОЛО

Для обеспечения подготовки НК в 2022 г. требуются:

1. Лекарственные средства и БАД:

Адаптогены, поливитамино-минеральные комплексы, иммуномодуляторы, кардиопротекторы, гепатопротекторы, хондропротекторы, ноотропы, актопротекторы, антиагреганты, энзимы, коферменты, пробиотики, седативные препараты, фосфокреатин, аминокислоты, энергетики;

2. Изделия медицинского назначения: тейпы, бинты, эластичные бинты, подтейпники, кинезиотейпы, вата, шприцы, салфетки марлевые, лейкопластыри бактерицидные, лейкопластыри катушечные;

3. Спортивное питание и спортивные напитки.

Фармакологические средства, изделия медицинского назначения, БАД и спортивное питание назначаются в соответствии с индивидуальными планами фармакологического обеспечения спортсменов национальной команды, учитывая их состояние здоровья, функциональное состояние; этап подготовки в рамках выделенного на УТС финансирования.

*Фармакологическое обеспечение спортсменов национальных команд проводится в соответствии со списком запрещенных субстанций и методов ВАДА.

Врач спортивной медицины НК РБ
по водному поло

Е.В.Корик

Заведующий отделом координации НК

И.И. Степанова

II. ТРЕБОВАНИЯ К МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ

Для качественной подготовки спортсменов и их успешного выступления на международных соревнованиях необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Плавки ватерпольные (с национальной символикой) – 28 шт.
2. Плавки эластичные (ватерпольные, тренировочные) – 28 шт.
3. Халат махровый – 14 шт.
4. Туфли пляжные (сланцы для бассейна) – 22 шт.
5. Футболка поло – 38 шт.
6. Шорты спортивные – 38 шт.
7. Мяч для водного поло – 14 шт.
8. Жгут для работы на суше – 28 шт.
9. Очки для плавания – 28 шт.
10. Сумка для мячей – 2 шт.

В пределах выделенных средств на вид спорта на 2022 г.

Старший тренер национальной команды
Республики Беларусь по водному поло

И.И.Ванда

МОДЕЛЬ ПОДГОТОВКИ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПО ВОДНОМУ ПОЛУ НА 2022 ГОД

| Длительность мероприятия (графиком) | 2022 | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Новая подготовка | | | | | | | | | | | | |
| Меню | | | | | | | | | | | | |
| Часы работы | | | | | | | | | | | | |
| Средства подготовки | | | | | | | | | | | | |
| Этап подготовки | | | | | | | | | | | | |
| Коллектив | | | | | | | | | | | | |
| УТС | | | | | | | | | | | | |
| Особ. вкл. вкл. | | | | | | | | | | | | |

СИСТЕМА СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

| Наименование | Сроки проведения | Место проведения | | Планируемое место |
|-------------------------------------|------------------|-----------------------------|--------------------------|-------------------|
| | | Главные задачи соревнования | Подводящие соревнования | |
| Чемпионат РБ (I тур подгруппа А) | 21-23.01.2022 | Минск | Подводящие соревнования | |
| Чемпионат РБ (I тур подгруппа Б) | 28-30.01.2022 | Минск | Подводящие соревнования | |
| Ч-т Европы-квалификация | 18-20.02.2022 | По назначению | Главные соревнования | 1-2 место |
| Чемпионат РБ (II тур подгруппы А+Б) | 03-06.03.2022 | Минск | Подводящие соревнования | |
| Чемпионат РБ (финал) | 23-26.03.2022 | Минск | Подводящие соревнования | |
| Международные соревнования | 28-31.03.2022 | По назначению | Подводящие соревнования | 1-3 место |
| Международные соревнования | 26-29.04.2022 | По назначению | Подводящие соревнования | 1-3 место |
| Международные соревнования | 20-24.05.2022 | По назначению | Контрольные соревнования | 1-3 место |
| Международные соревнования | 25-28.06.2022 | По назначению | Подводящие соревнования | 1-3 место |
| Международные соревнования | 25-28.07.2022 | По назначению | Контрольные соревнования | 1-3 место |
| Ч-т Европы (финал) | 27.08-10.09.2022 | Сплит (Хорватия) | Главные соревнования | 9-12 место |
| Международные соревнования | 29.09-02.10.2022 | По назначению | Контрольные соревнования | 1-3 место |
| Чемпионат РБ (I тур подгруппа А) | 04-06.11.2022 | Минск | Подводящие соревнования | |
| Чемпионат РБ (I тур подгруппа Б) | 25-27.11.2022 | Минск | Подводящие соревнования | |
| Международные соревнования | 12-15.12.2022 | По назначению | Контрольные соревнования | 1-3 место |
| Кубок РБ | 22-25.12.2022 | Минск | Подводящие соревнования | |

в модели подготовки возможны изменения

Рассмотрена на тренерском совете "23" " 2021 г.

Старший тренер  И.И. Вайдал

V. ЗАКЛЮЧЕНИЕ ГЛАВНОГО ТРЕНЕРА ПО ИТОГАМ ГОДА

Модель рассмотрена на тренерском совете «23» сентября 2021 г.

Старший тренер _____ (И.И.Ванда)

Старший тренер (начальник команды) _____ (А.В.Ковель)

Врач спортивной медицины _____ (Е.В.Корик)