

УТВЕРЖДАЮ

Директор учреждения "Республиканский центр олимпийской подготовки по водным видам спорта"

Л.Л. Денисенко

2023 г.



МОДЕЛЬ

подготовки юниорской сборной команды (спортсмены до 18 лет) по водному поло к спортивным соревнованиям 2024 года

Учреждение "Республиканский центр олимпийской подготовки по водным видам спорта"
220020, г. Минск, пр. Победителей, 109В, учебно-спортивный корпус БГУФК
"Плавательный бассейн"

СОГЛАСОВАНО

Министерства спорта и туризма Республики Беларусь

(подпись)

(расшифровка подписи)

2023 г.

1. СОСТАВ ЮНИОРСКОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ ПО ВОДНОМУ ПОЛО:

Критерии отбора спортсменов в сборную команду:

Основные критерии отбора и зачисления в состав сборной команды по водному поло:

1 этап – октябрь 2023 года, по результатам выступления в республиканских и международных соревнованиях, с учетом рекомендаций тренеров выступающих команд, игрового амплуга и анализа игровых статистических данных по каждому спортсмену, на основе решения тренерских советов национальной команды и РЦОП определяются 22 лучших спортсменов.

2 этап – ноябрь 2023 года, определение тренерским советом 15 игроков; принимается во внимание коэффициент технико-тактических действий по результатам игр, состояние здоровья и уровень специальной подготовленности, фактор моральной и психологической устойчивости каждого спортсмена в отгледельности, способность конструктивной работы в команде с учетом специфики водного поло, как командного вида спорта (старший тренер юниорской сборной U-18).

3 этап – май-июнь 2024 года, определение основного состава по результатам выступления кандидатов в сборную команду в контрольных, тренировочных играх, а также их выступления на республиканских и международных соревнованиях в составе юниорской сборной U-18. В случае если спортсмены подошли к старту с одинаковыми результатами физической подготовки, показали одинаковый уровень в техническом, индивидуальном мастерстве и по всем остальным критериям находятя на одном уровне, то выездной состав определяется тренерским советом РЦОП за пять дней до выезда на соревнования. Старший тренер юниорской сборной U-18 имеет решающее слово.

№	Фамилия, имя, отчество	Число, месяц, год рождения	Дисциплина	Принадлежность к НК РБ по водному поло	Спортивный разряд	Текущий спортивный результат	Принадлежность			Личный тренер
							территория	ведомство	организация	
1.	Гасюлевич Даниил Евгеньевич	04.02.2007	команда	Национальная команда (переменный)	I - №10 29.10.2020	Сп. ДЮСШ I место	Гомель	МСИТ	СДЮСШОР по в/п г.Гомель	Петрова Т.В. Фашенко Е.М.
2.	Маур Артем Сергеевич	09.02.2007	команда	Стажерский (постоянный)	I - №89 31.05.2019	Сп. ДЮСШ 2 место	Брест	МСИТ	БЦОР г.Брест	Иванов С.А.
3.	Щербина Серафим Викторович	03.06.2008	команда	Резервный (переменный)	I - №90 28.04.2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Брест	МСИТ	БЦОР г.Брест	Якин Т.И.
4.	Кобак Владислав Владимирович	25.01.2008	команда	Резервный (переменный)	I - №90 28.04.2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Брест	МСИТ	БЦОР г.Брест	Якин Т.И.

5.	Цыбульский Андрей Олегович	25.04.2008	команда	Резервный (переменный)	I - №90 28.04. 2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Брест	МСИГ	БЦОР г. Брест	Яхин Т.И.
6.	Козельцев Сергей Сергеевич	28.04.2008	команда	Резервный (переменный)	I - №90 28.04. 2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Брест	МСИГ	БЦОР г. Брест	Яхин Т.И.
7.	Лобарев Артемий Витальевич	14.08.2008	команда	Резервный (переменный)	I - №4 24.01. 2023	Мяч на воде 1 место	Мин. Обл.	МСИГ	РЦОП Минск	Корольчук А.Г.
8.	Суконкин Даниил Андреевич	05.03.2008	команда	Резервный (переменный)	I-№84 30.12. 2021	Мяч на воде 4 место	Витебск	МСИГ	СДЮСШОР "УКосмосмол ца"	Магер С.В.
9.	Паречин Никита Олегович	21.01.2008	команда	Резервный (переменный)	I - №4 24.01. 2023	Мяч на воде 1 место	Мин. Обл.	МСИГ	ДЮСШ № 1 Мин. р-на	Корольчук А.Г.
10.	Науменко Константин Александрович	01.08.2009	команда	Резервный (переменный)	I - №4-р 31.05. 2022	Сп. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИГ	СДЮСШОР по в/л г.Гомель	Сотникова Е.В. Шклярова Г.Ю.
11.	Штермер Захар Юрьевич	03.06.2009	команда	Резервный (переменный)	I -№3-р 31.03. 2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИГ	СДЮСШОР по в/л г.Гомель	Сотникова Е.В. Шклярова Г.Ю.
12.	Лалин Ярослав Денисович	30.06.2007	команда	Резервный (переменный)	I - №4 24.01. 2023	Сп. ДЮСШ 2 Место	Мин. Обл.	МСИГ	ДЮСШ № 1 Мин. р-на	Корольчук А.Г.
13.	Сухина Максим Александрович	23.04.2007	команда	Резервный (переменный)	I - №90 28.04. 2023	Сп. ДЮСШ 2 место	Брест	МСИГ	БЦОР г.Брест	Яхин Т.И.
14.	Беджанов Рамиз Алексеевич	10.09.2007	команда	Резервный (переменный)	I - №90 28.04. 2023	Сп. ДЮСШ 2 место	Брест	МСИГ	БЦОР г.Брест	Яхин Т.И.
15.	Попов Владислав Анатольевич	12.12.2007	команда	Резервный (переменный)	I - №90 28.04. 2023	Сп. ДЮСШ 2 место	Брест	МСИГ	БЦОР г.Брест	Яхин Т.И.

Государственный (главный) тренер
Тренер-преподаватель по спорту,
осуществляющий спортивную подготовку сборной команды

/И.И. Ванда/

/В.В. Лобарев/

**II. ПЕРСПЕКТИВНЫЕ СПОРТСМЕНЫ, ПРИВЛЕКАЕМЫЕ НА ПОДГОТОВКУ
СО СБОРНОЙ КОМАНДОЙ:**

№	Фамилия, имя, отчество	Число, месяц, год рождения	Дисциплина	Спортивный разряд	Текущий результат	Принадлежность			Личный тренер
						территория	ведомство	учреждение	
1.	Пригараев Серафим Витальевич	05.08.2008	команда	I - №3-р 29.10.2020	Сл. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИТ	СДЮСШОР по в/л г.Гомель	Петрова Т.В. Фаленко Е.М.
2.	Яромчик Максим Валерьевич	03.02.2009	команда	I - №3 31.03.2023	Сл. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИТ	СДЮСШОР по в/л г.Гомель	Сотникова Е.В. Щиглярова Г.Ю.
3.	Цевелюк Константин Евгеньевич	12.11.2008	команда	I - №4 24.01.2023	Мяч на воде 1 место	Мин. Обл.	МСИТ	ДЮСШ № 1 Мин. р-на	Корольчук А.Г.
4.	Третьяков Георгий Евгеньевич	05.08.2009	команда	I - №4 24.01.2023	Мяч на воде 1 место	Мин. Обл.	МСИТ	ДЮСШ № 1 Мин. р-на	Корольчук А.Г.
5.	Довнар Даниэль Сергеевич	06.04.2008	команда	II - №84 30.12.2021	Мяч на воде 4 место	Витебск	МСИТ	СДЮСШОР "Комсомолец"	Магер С.В.
6.	Иванов Иван Алексеевич	05.09.2008	команда	I - №158 31.12.2019	Мяч на воде 5 место	Могилёв	МСИТ	ДЮСШ №1 г. Могилёв	Дроздов Н.С.
7.	Шабуневич Алексей Андреевич	01.11.2008	команда	II - №480 28.06.2022	Мяч на воде 6 место	Минск	МСИТ	ГЦОР, Минск	Мигуцкий С.С.
8.	Ушаков Кирилл Сергеевич	07.09.2008	команда	II - №480 28.06.2022	Мяч на воде 6 место	Минск	МСИТ	ГЦОР, Минск	Мигуцкий С.С.
9.	Якубов Никита Николаевич	08.04.2008	команда	I - №84 30.12.2021	Мяч на воде 4 место	Витебск	МСИТ	СДЮСШОР "Комсомолец"	Магер С.В.
10.	Ткачёв Даниил Дмитриевич	03.01.2009	команда	II - №84 30.12.2021	Мяч на воде 4 место	Витебск	МСИТ	СДЮСШОР "Комсомолец"	Магер С.В.

11.	Придня Арсений Константинович	30.08.2008	команда	I - №4 24.01. 2023	Мяч на воде 1 Место	Мин. Обл.	МСИТ	ДЮСШ №1 Минского р-на	Корольчук А.Г.
12.	Дергачёв Денис Витальевич	29.09.2007	команда	II - №84 30.12. 2021	Мяч на воде 4 Место	Витебск	МСИТ	СДЮСШОР "Комсомолец"	Магер С.В.
13.	Дабушев Илья Андреевич	04.08.2007	команда	I - №3-р 29.10. 2020	Сп. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИТ	СДЮСШОР по в/п г.Гомель	Петрова Т.В. Фашенко Е.М.
14.	Барабанов Виталий Игоревич	21.08.2007	команда	I - №3-р 29.10. 2020	Сп. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИТ	СДЮСШОР по в/п г.Гомель	Петрова Т.В. Фашенко Е.М.
15.	Крепчук Кирилл Русланович	03.04.2007	команда	I - №89 31.05. 2019	Сп. ДЮСШ 2 место	Брест	МСИТ	БЦОР г.Брест	Иванов С.А.
16.	Карачун Макар Михайлович	08.06.2007	команда	I - №89 31.05. 2019	Сп. ДЮСШ 2 место	Брест	МСИТ	БЦОР г.Брест	Иванов С.А.
17.	Гарбулько Егор Дмитриевич	09.03.2007г.	команда	I - №158 31.12. 2019	Мяч на воде 5 Место	Могилёв	МСИТ	ДЮСШ №1 г. Могилёв	Дроздов Н.С.
18.	Лушиков Тимофей Александрович	21.09.2007	команда	I - №158 31.12. 2019	Мяч на воде 5 Место	Могилёв	МСИТ	ДЮСШ №1 г. Могилёв	Дроздов Н.С.
19.	Баранов Иван Александрович	06.03.2008	команда	I - №3 31.03. 2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИТ	СДЮСШОР по в/п г.Гомель	Сотникова Е.В. Шклярова Г.Ю.
20.	Казakov Алексей Павлович	28.01.2008	команда	I - №3 31.03. 2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИТ	СДЮСШОР по в/п г.Гомель	Сотникова Е.В. Шклярова Г.Ю.
21.	Поплавский Артём Александрович	05.12.2008	команда	I - №3 31.03. 2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИТ	СДЮСШОР по в/п г.Гомель	Сотникова Е.В. Шклярова Г.Ю.
22.	Новиков Никита Юрьевич	27.09.2008	команда	I - №3 31.03. 2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Гомель	МСИТ	СДЮСШОР по в/п г.Гомель	Сотникова Е.В. Шклярова Г.Ю.
23.	Бобрин Владислав Валерьевич	19.11.2008	команда	I - №90 28.04. 2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Брест	МСИТ	БЦОР г.Брест	Кирилич А.Г. Кирилич Ю.В.

24.	Якимук Захар Романович	15.09.2008	команда	I - №90 28.04.2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Брест	МСИГ	БЦОР г.Брест	Кирпич А.Г. Кирпич Ю.В.
25.	Горбачев Юрий Александрович	27.05.2008	команда	I - №90 28.04.2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Брест	МСИГ	БЦОР г.Брест	Кирпич А.Г. Кирпич Ю.В.
26.	Рындюк Владислав Михайлович	08.09.2008	команда	I - №90 28.04.2023	Сп. ДЮСШ 1 место	Брест	МСИГ	БЦОР г.Брест	Кирпич А.Г. Кирпич Ю.В.
27.	Рог Дмитрий Денисович	21.10.2007	команда	II - №480 28.06.2022	Мяч на воле 6 место	Минск	МСИГ	ГЦОР, Минск	Мигульский С.С.
28.	Колодочкин Егор Алексеевич	04.04.2007	команда	II - №84 30.12.2021	Мяч на воле 4 место	Витебск	МСИГ	СДЮСШОР "Комсомолец"	Магер С.В.
29.	Гудыно Владислав Игоревич	29.08.2009	команда	II - №84 30.12.2021	Мяч на воле 4 место	Витебск	МСИГ	СДЮСШОР "Комсомолец"	Магер С.В.
30.	Лавник Иван Андреевич	16.03.2007	команда	КМС - №5 24.01.2023	Чемпионат Беларуссии 3 место	Мин. Обл.	МСИГ	ДЮСШ №1 Минского р-на	Корольчук А.Г.
31.	Кулик Евгений Дмитриевич	11.05.2007	команда	I - №4 24.01.2023	Сп. ДЮСШ 3 место	Мин. Обл.	МСИГ	ДЮСШ №1 Минского р-на	Корольчук А.Г.

Государственный (главный) тренер
Тренер-преподаватель по спорту,
осуществляющий спортивную подготовку сборной команды

/И.И. Ванда/

/В.В. Лобарев/

III. МОДЕЛЬ ГОДИЧНОЙ ПОДГОТОВКИ U-18 К ГЛАВНЫМ СОРЕВНОВАНИЯМ 2023-2024 ГОДОВ

Система спортивной соревнований		гитание																																																																																			
		отборочные																																																																																			
Система подготовки	подводящие (Модель)																						X																					X																					X																				
Понедельное распределение общего объема нагрузки в годичном цикле подготовки (в процентах от максимальных объемов в неделю) в графическом отражении парадигмально соотношении объемов ОФП и СФП		100%																																																																																			
Пример:																																																																																					
	- ОФП	95%																																																																																			
	- СФП	5%																																																																																			
	20%																																																																																				

Период подготовки	Этап подготовки	подготовительный																																				соревновательный				переход		подготовительный					
		базовый												специально-подготовительный												соревновательный												кМД		длней		базовый							
Количество тренировочных занятий	в часах	9	9	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	9	9	11	11	11	11	11	11	11	9					
	км	25	25	20	20	20	25	25	25	25	20	25	20	25	20	25	20	20	20	25	20	20	20	25	20	20	25	20	20	20	25	20	20	25	20	20	15	15	15	15	15	20	20	20					
Объем нагрузки СФП, час		9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9			
Учебно-тренировочные сборы (сроки и длительность)																																																	
Контроль подготовленности (№, № тестов)																																																	
Проведение обязательных обследований																																																	
Применяемые средства фармакологического обеспечения (№)																																																	

Рассмотрена на тренерском совете

31.08.2023

Ст. тренер НК РБ

Тренер

Handwritten signature

III. КАНДИДАТЫ ДЛЯ ЗАВОЕВАНИЯ МЕДАЛЕЙ И ОЧКОВ (1-8м) НА СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ:

Основные соревнования: МАЙ 2024 г. первенство России U-18 Финал

№ п-п	Команда U-18 Фамилия, Имя, Отчество	Дисциплина	Планируемый спортивный результат	Выполнение	Примечания
1.		К	Выход в финал 1-8 место в первенстве России		
2.		К			
3.		К			
4.		К			
5.		К			
6.		К			
7.		К			
8.		К			
9.		К			
10.		К			
11.		К			
12.		К			
13.		К			

Государственный (главный) тренер
Тренер-преподаватель по спорту,
осуществляющий спортивную подготовку сборной команды

_____/И.И. Ванда/

_____/В.В. Лобарев/

Основные соревнования: ИЮНЬ 2024г. Кубок Содружества 19-23.06

№ п-п	Команда U-18 Фамилия, Имя, Отчество	Дисциплина	Планируемый результат	Выполнение	Примечания
1		К			
2.		К			
3.		К			
4.		К			
5.		К			
6.		К			
7.		К			
8.		К			
9.		К			
10		К			
11		К			
12		К			
13		К			

Государственный (главный) тренер
Тренер-преподаватель по спорту,
осуществляющий спортивную подготовку сборной команды



/И.И. Ванда/



/В.В. Лобарев/

IV. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН

№	Наименование спортивного мероприятия	Сроки проведения спортивного мероприятия продолжительность (дней)	Место проведения спортивного мероприятия	Организатор спортивного мероприятия (участвующая организация)	Количество участников спортивного мероприятия						Условия финансирования
					спортсмены	тренеры	судьи по спорту	Другие участники			
1.	Международные соревнования УТС по	08-15.10.2023 г. 5 дней.	Санкт-Петербург	РФВП	13	2	-	-	-	XXX	
2.	подготовке к I туру первенства России	ноябрь 2023 г. 12 дней.	Минск	БФВП	15	2	-	-	-	XXX	
3.	Первенство России I тур УТС по	27.11-03.12. 2023 г. 8 дней.	По назначению	РФВП	13	2	-	-	-	XXX	
4.	подготовке к II туру первенства России	январь 2024 г. 7 дней.	Минск	БФВП	15	2	-	-	-	XXX	
5.	Первенство России II тур	24-28.01.2024 г. 5 дней.	По назначению	РФВП	13	2	-	-	-	XXX	
6.	Открытие Олимпийские дни молодежи	13-17.02.2024 г. 5 дней.	По назначению	БФВП	13	2	-	-	-	XXX	
7.	Первенство России III тур УТС по	18-25.02.2024 г. 8 дней.	По назначению	РФВП	13	2	-	-	-	XXX	
8.	подготовке к IV туру первенству России	март 2024 г. 12 дней.	Минск	БФВП	15	2	-	-	-	XXX	
9.	Первенство России IV тур	10-17.03.2024 г. 8 дней.	По назначению	РФВП	13	2	-	-	-	XXX	
10.	УТС по подготовке к Финалу первенства России	Апрель-май 2024 г. 12 дней.	Минск	БФВП	15	2	-	-	-	XXX	

11.	Первенство России Финал УТС по	12-19.05.2024 г. 8 дней.	По назначению	РФВП	13	2	-	-	XXX
12.	подготовке к международным соревнованиям	июнь 2024 г. 12 дней.	Минск	БФВП	15	2	-	-	XXX
13.	Кубок Содружества	19-23.06.2024 г. 5 дней.	Минск	БФВП	13	2	-	-	XXX

Государственный (главный) тренер
Тренер-преподаватель по спорту,
осуществляющий спортивную подготовку сборной команды

 /И.И. Ванда/

 /В.В. Лобарев/


V. КОНТРОЛЬ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

№ п-п	Объект контроля (стороны подготовленности, физическое качество, функция)	Средство контроля (тест)	Вид контроля (текущий, этапный)	Место проведения, ответственные	Результаты
1.	Контроль скоростно-силовых качеств Сила рук, сила мышц осуществляющих контроль положения тела, взрывная сила	Бросок набивного мяча 5 кг из за головы в положении сидя (не менее 4,5 м)	текущий	Минск РЦОП Лобарев В.В.	
2.	Аэробно-анаэробные возможности кардиораспираторной системы (креатин-фосфатная, гликолитические субстраты энергообеспечения)	Плавание 400 м (не более 5'00)"	этапный	Минск РЦОП Лобарев В.В.	
3.	Силовые возможности мышц плеча и плечевого пояса	Подтягивание на перекладине (не менее 13 раз)	текущий	Минск РЦОП Лобарев В.В.	
4.	Сила мышц рабочей конечности. Техника выполнения определяет точность, координационные способности и глазомер	Бросок мяча на дальность и точность (не менее 25 м)	текущий	Минск РЦОП Лобарев В.В.	
5.	Техника владения мячом (ловкость), скоростные качества	Ведение мяча 15 м (не более 12")	текущий	Минск РЦОП Лобарев В.В.	

Государственный (главный) тренер

Тренер-преподаватель по спорту,

осуществляющий спортивную подготовку сборной команды

 /И.И. Ванда/

 /В.В. Лобарев/


VI. ПРИМЕНЯЕМЫЕ СРЕДСТВА ФАРМАКОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПОДГОТОВКИ

№ п/п	Средство	Вид	Необходимое количество в расчете на одного спортсмена
1	Лекарственные средства и биологически активные добавки к пище (далее – БАД)	Адаптогены, поливитаминно-минеральные комплексы, иммуномодуляторы, кардиопротекторы, гепатопротекторы, хондропротекторы, ноотропы, актопротекторы, антиагреганты, энзимы, коферменты, пробиотики, седативные препараты, аминокислоты, энергетики;	
2	Изделия медицинского назначения	бинты, эластичные бинты, кинезиотейпы, вата, шприцы, салфетки марлевые, лейкопластыри бактерицидные, лейкопластыри катушечные;	
3	Спортивное питание и спортивные напитки	пробиотики, седативные препараты, аминокислоты, энергетики;	

Фармакологические средства, изделия медицинского назначения, БАД и спортивное питание назначаются, учитывая состояние здоровья спортсменов сборной команды, их функциональное состояние, в соответствии с этапом подготовки в рамках выделенного на УТС финансирования.

Фармакологическое обеспечение спортсменов сборной команды проводится в соответствии со списком запрещенных субстанций и методов ВАДА.

Врач спортивной медицины  /С.С. Краснов /

Тренер-преподаватель по спорту, осуществляющий спортивную подготовку сборной команды  /В.В. Лобарев/

II. ТРЕБОВАНИЯ К МАТЕРЬЯЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ ПОДГОТОВКИ

№ п/п	Наименование спортивной экипировки, инвентаря и оборудования	Количество, единицы
1	Костюм тренировочный	
2	Костюм ветрозащитный	
3	Туфли кроссовые	
4	Шлепанцы	
5	Халат махровый	
6	Полотенце махровое	
7	Майка полурукавка	
8	Плавки	
9	Очки для плавания	
10	Сумка спортивная	
11	Лопатки для плавания	
12	Шапочка ватерпольная	
13	Ватерпольные мячи	
14	Различные отягощения и дополнительные сопротивления для плавания	
15	Резиновые амортизаторы	
16	Гимнастические стенки, скамейки	
17	Перекладины	
18	Маты	
19	Штанга тренировочная с набором весов	
20	Гантели	
21	Набивные мячи	
22	Мячи для спортивных игр	
23	Тренировочные тренажеры	
24	Ватерпольные ворота	
25	Защитные сетки	
26	Доска для записей	

Тренер-преподаватель по спорту,
осуществляющий спортивную подготовку сборной команды  /В.В. Лобарев/

VIII. ЗАКЛЮЧЕНИЕ ТРЕНЕРА

1. По итогам подготовительного периода спортивной подготовки.

2. По итогам соревновательного периода спортивной подготовки.

3. По итогам учебного года (сезона).

Государственный (главный) тренер _____ /И.И. Ванда/
Тренер-преподаватель по спорту,
осуществляющий спортивную подготовку сборной команды Лобарев /В.В. Лобарев/