

№ 18/2024

УТВЕРЖДЕНО

Учреждение «Республиканский центр
олимпийской подготовки по водным
видам спорта»



«16» марта 2024 г.

С.Л.Марченко

МОДЕЛЬ ПОДГОТОВКИ

на 2024/2025 год юниорской сборной команды по плаванию

учреждения «Республиканский центр олимпийской подготовки по водным видам спорта»
г. Минск, пр-т Победителей 109 В, 220020

СОГЛАСОВАНО



Министерство спорта и туризма
Республики Беларусь

» «16» 2024 г.

В.М. Кривошея

Д.А. Кривошея

—

1. СОСТАВ ЮНИОРСКОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПО ПЛАВАНИЮ

№	Фамилия, имя	Год рождения	Дисциплина	Состав НК, сборной команды РБ	Спортивный разряд	Текущий результат	Принадлежность			Личный тренер
							территория	ведомство	учреждение	
1	Задорожный Владислав Владиславович	20.03.2007	400 м вольный стиль	НК (переменный состав)	МС	3.58,03 (790) ПРБ	г. Минск	МСИТ	ГСУСУ «БООПР по водным видам спорта»	Мельничук А.А.
2	Петруцкая Анна Андреевна	21.12.2007	100 м брасс	НК (основной состав)	МС	1.09,70 (778) Игры БРЯКС	г. Минск	МСИТ	У «ГЦОР по в/в спорта»	Гарус Е.И.
3	Бохуров Данила Андреевич	13.06.2007	200 м брасс	НК (основной состав)	МС	2.17,43 (761) ПРБ	Минская область	МСИТ	УО «МГОУОР»	Коба Н.К. Бохуров Р.А.
4	Величко Владислав Витальевич	27.09.2007	1500 м вольный стиль	НК (переменный состав)	МС	15.55,21 (758) ЧРБ	Минская область	МСИТ	У «РЦОП по водным видам спорта»	Филипчик В.Ф.
5	Бученков Даниил Евгеньевич	11.04.2007	200 м комплексное плавание	стажер (постоянный состав)	МС	2.05,37 (751) ЧРБ	г. Минск	МСИТ	У «ГЦОР по в/в спорта»	Климова Е.В.
6	Белая Алиса Юрьевна	26.09.2008	100 м брасс	НК (переменный состав)	МС	1.10,68 (746) ПРФ	г. Минск	МСИТ	ПК «Олимпиец»	Задворный Ю.С.
7	Христюк Лидия Максимовна	19.11.2008	100 м на спине	НК (переменный состав)	МС	1.03,49 (736) Игры БРЯКС	Гродненская область	МСИТ	ГСУСУ «Гродненская СДЮШОР № 5»	Сорока Н.П.
8	Баровский Иван Васильевич	25.07.2007	400 м вольный стиль	стажер (постоянный состав)	МС	4.03,91 (734) ЧРБ	Могилевская область	МСИТ	ГСУСУ «МОЦОР по гребным видам спорта»	Позднякова Н.Ю.
9	Калистратова Маргарита Игоревна	28.04.2007	100 м на спине	НК (переменный состав)	МС	1.03,67 (730) ЧРБ	г. Минск	МСИТ	У «РЦОП по водным видам спорта»	Осейко О.Ф.
10	Купрейчик Егор Николаевич	08.11.2007	400 м вольный стиль	стажер (постоянный состав)	МС	4.05,03 (724) ПРБ	Могилевская область	МСИТ	ГСУСУ «МОЦОР по гребным видам спорта»	Позднякова Н.Ю.

11	Демешко Дарья Андреева	23.04.2007	50 м вольный стиль	НК (переменный состав)	МС	26,31 (722) ПРБ	Гомельская область	МСИТ	У «РЦОП по в/в спорта»	Крук Е.И.
12	Пученкова Мария Николаевна	13.06.2009	100 м вольный стиль	НК (переменный состав)	МС	57,83 (714) ПРБ	г. Минск	МСИТ	У «СДЮШОР по плаванию «Янтарь»	Бразинская О.А. Криштопчик И.В.
13	Гончар Иван Сергеевич	21.02.2007	200 м вольный стиль	стажер (постоянный состав)	МС	1.54,22 (712) КРБ	Брестская область	МСИТ	У «РЦОП по в/в спорта»	Крук Е.И.
14	Кореньков Тимур Кириллович	22.11.2008	100 м вольный стиль	НК (переменный состав)	КМС	52,53 (709) Д.А.	Витебская область	МСИТ	ГУ «ВОКЦОР»	Кореньков К.С.
15	Тонкович Генрих Юрьевич	06.03.2007	200 м брасс	стажер (постоянный состав)	МС	2.20,86 (706) ПРБ	Минская область	МСИТ	У «РЦОП по в/в спорта»	Макеев И.А. Чайка К.В.
16	Ермак Артем Владимирович	27.08.2008	100 м на спине	стажер (постоянный состав)	КМС	57,94 (706) ЧРБ	г. Минск	МСИТ	У «ГЦОР по в/в спорта»	Вечорко К.В. Логинович Д.О.
17	Гальмак Роман Юрьевич	24.04.2008	100 м вольный стиль	НК (переменный состав)	КМС	52,62 (706) Д.А.	Гомельская область	МСИТ	У «ЦОР г. Жлобина»	Котова Т.О.
18	Холкин Кирилл Юрьевич	14.06.2007	100 м баттерфляй	НК (переменный состав)	МС	55,74 (698) ЧРБ	Брестская область	МСИТ	У «РЦОП по в/в спорта»	Крук Е.И.
19	Босшко Дарья Юрьевна	11.04.2007	100 м баттерфляй	стажер (переменный состав)	МС	1.02,77 (690) ПРБ	г. Минск	МСИТ	У «РЦОП по в/в спорта»	Филипчик В.Ф.
20	Кликушин Максим Филиппович	05.03.2007	200 м баттерфляй	стажер (переменный состав)	МС	2.04,87 (690) ПРБ	Брестская область	МСИТ	У «РЦОП по в/в спорта»	Крук Е.И.

Государственный (главный) тренер национальной команды
Республики Беларусь по плаванию

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию

А.В.Копаченя

О.Ф.Осейко

II. ПЕРСПЕКТИВНЫЕ СПОРТСМЕНЫ, ПРИВЛЕКАЕМЫЕ НА ПОДГОТОВКУ СО СБОРНОЙ КОМАНДОЙ

№	Фамилия, имя	Год рождения	Дисциплина	Состав НК, сборной команды РБ	Спортивный разряд	Текущий результат	Принадлежность		Личный тренер	
							территория	ведомство		учреждение
1	Васильева Дарина Дмитриевна	26.07.2007	50 м вольный стиль	стажер (переменный состав)	МС	26,69 (692) ПРБ	г.Минск	МСИТ	У «ГЦОР по в/в спорта»	Черненко И.Н.
2	Семенкова Софья Сергеевна	12.07.2009	200 м брасс	стажер (постоянный состав)	МС	2.36,26 (682) ПРБ	г.Минск	МСИТ	У «ГЦОР по в/в спорта»	Уласович-Вовня О.В.
3	Шлейко Александра Викторовна	23.04.2007	200 м комплексное плавание	стажер (переменный состав)	МС	2.23,29 (681) ЧРБ	Минская область	МСИТ	У «РЦОП по в/в спорта»	Крук Е.И.
4	Ханевский Роман Александрович	26.02.2008	200 м комплексное плавание	стажер (постоянный состав)	МС	2.09,61 (680) ОДМ	Минская область	МСИТ	УО «МГОУОР»	Коба Н.К. Бохуров Р.А.
5	Белявская Полина Вадимовна	31.08.2009	100 м вольный стиль	стажер (переменный состав)	КМС	59,03 (672) ПРБ	Могилевская область	МСИТ	У «Бобруйская СДЮШОР»	Копылов П.С.
6	Зырко Влада Витальевна	01.05.2009	100 м вольный стиль	резерв (постоянный состав)	КМС	59,12 (669) ОДМ	Гомельская область	МСИТ	У «Гомельский областной комплексный ЦОР»	Котова Н.В.
7	Аксаева Елизавета Дмитриевна	13.12.2008	200 м баттерфляй	стажер (переменный состав)	МС	2.19,42 (666) КРБ	Витебская область	МСИТ	СУСУ «ВОКЦОР»	Кореньков К.С.
8	Желобкович Илона Вадимовна	09.07.2007	100 м баттерфляй	стажер (переменный состав)	МС	1.03,53 (665) КРБ	Минская область	МСИТ	УО «МГОУОР»	Коба Н.К. Бохуров Р.А.
9	Воропай Артем Сергеевич	01.04.2008	100 м на спине	стажер (переменный состав)	МС	59,30 (658) ЧРБ	г. Минск	МСИТ	У «ГЦОР по в/в спорта»	Левкович Т.М.
10	Данилов Матвей Максимович	12.07.2008	400 м вольный стиль	стажер (переменный состав)	КМС	4.13,56 (653) ОДМ	Гомельская область	МСИТ	У «ЦОР г.Жлобина»	Круглов В.В.

11	Жилинская Дарья Генадьевна	12.06.2009	100 м вольный стиль	резерв (постоянный состав)	КМС	59.87 (644) ОДМ	Гомельская область	МСит	У «Гомельский областной комплексный ЦОР»	Котова Н.В.
12	Гарист Дарья Александровна	06.02.2008	400 м вольный стиль	стажер (переменный состав)	МС	4.32.80 (642) ПРБ	Гомельская область	МСит	У «РЦОП по в/в спорта»	Круг Е.И.
13	Карпушин Егор Вячеславович	07.02.2008	100 м баттерфляй	резерв (постоянный состав)	КМС	57.30 (642) ОДМ	Брестская область	МСит	ГУСУ «БОЦОР по в/в спорта»	Мельничук А.А.
14	Трифонов Алексей Витальевич	07.04.2008	100 м на спине	резерв (постоянный состав)	МС	59.55 (640) ЧРБ	Гомельская область	МСит	ГУ «СДЮШОР № 1 Светлогорского района»	Терехов В.Н.
15	Крюк Анна Прохоровна	09.09.2009	200 м комплексное плавание	резерв (постоянный состав)	МС	2.26.91 (631) ПРБ	г. Минск	МСит	У «ГЦОР по в/в спорта»	Гарус Е.И.
16	Рысенкова Анна Денисовна	18.02.2009	200 м на спине	резерв (постоянный состав)	МС	2.23.52 (631) ЧРБ	г. Минск	МСит	У «ГЦОР по в/в спорта»	Вечорко К.В. Логинovich Д.О.
17	Рудковская Дарья Сергеевна	23.01.2007	400 м вольный стиль	резерв (постоянный состав)	МС	4.34.74 (628) ПРБ	г. Минск	МСит	У «РЦОП по в/в спорта»	Круг Е.В.
18	Бабура Матвей Сергеевич	15.06.2008	200 м брасс	резерв (переменный состав)	МС	2.21.00 (618) СпШК	Минская область	МСит	ГУ «СДЮШОР Солигорского района»	Лосик Е.О.
19	Войтехович Даниил Витальевич	28.06.2008	400 м комплексное плавание	резерв (переменный состав)	МС	4.44.85 (617) ОДМ	г. Минск	МСит	У «ГЦОР по в/в спорта»	Гарус Е.И.

Государственный (главный) тренер национальной команды
Республики Беларусь по плаванию

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию

А.В.Копаченя

О.Ф.Осейко

III. КАНДИДАТЫ ДЛЯ ЗАВОЕВАНИЯ МЕДАЛЕЙ И ОЧКОВ НА ОСНОВНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ

Первенство России среди юниоров (юниоры 2007-2009 гг.р., юниорки 2007-2009 гг.р.)
Чемпионат мира среди юниоров (юниоры 2007-2010 гг.р., юниорки 2007-2010 гг.р.)

п-п	Фамилия, имя	Соревнования	Дисциплина	Планируемый результат	Место	Выполнение	Примечания
1	Петруцкая Анна Андреевна	Первенство России среди юниоров	100 м брасс	1.09,50	3-5		
			200 м брасс	2.29,50	2-3		
		Чемпионат мира среди юниоров	100 м брасс	1.08,98	3-8		
2	Бохуров Даниил Евгеньевич	Первенство России среди юниоров	200 м брасс	2.28,79	3-8		
				2.16,50	8-16		
		Чемпионат мира среди юниоров		2.16,00	8-16		
3	Величко Владислав Витальевич	Первенство России среди юниоров	1500 м вольный стиль	15.55,00	6-10		
		Чемпионат мира среди юниоров		15.49,00	14-18		
4	Белая Алиса Юрьевна	Первенство России среди юниоров	100 м брасс	1.10,50	4-6		
			200 м брасс	2.31,89	5-8		
		Чемпионат мира среди юниоров	100 м брасс	1.10,20	8-12		
5	Задарожный Владислав Владиславович	Первенство России среди юниоров	400 м вольный стиль	2.31,00	15-16		
		Чемпионат мира среди юниоров		3.55,00	4-8		
				3.54,50	16-18		
6	Эстафетное плавание 4x100 комбинированная смешанная	Первенство России среди юниоров	Юниоры Юниорки	3-5 6-8			
		Чемпионат мира среди юниоров					

Государственный (главный) тренер национальной команды Республики Беларусь по плаванию

А.В.Копаченя

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию

О.Ф.Осейко

IV. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН

Наименование	Сроки проведения	Место проведения	Количество участников спортивного мероприятия				Условия финансирования
			спортсмены	тренеры	Судьи по спорту	Другие участники	
Международный турнир «Брестский спринт»	03-05.10.2024 3 дня	г. Брест	12	4		2	XXX
Международный турнир по плаванию на призы двукратного олимпийского чемпиона С.Коплякова	27-29.11.2024 3 дня	г. Минск	12	4		2	XXX
Открытый чемпионат Республики Беларусь на короткой воде (25м) (мужчины, женщины)	17-21.12.2024 5 дней	г.Минск г. Брест	12	3		2	XXX
Учебно-тренировочный сбор для сборных команд по подготовке к международным соревнованиям	03-31.01.2025 21 день	г.Минск г. Брест г.Могилев г.Бобруйск	12	4		2	XXX
Учебно-тренировочный сбор для сборных команд по подготовке к международным соревнованиям	03-28.02.2025 14 дней	г.Минск г. Брест	12	4		2	XXX
Открытое Первенство Республики Беларусь (юниоры 2007-20010 гг.р., юниорки 2007-2010 гг.р.)	17-21.02.2025 5 дней	г. Брест, г.Минск	12	3		2	XXX
Учебно-тренировочный сбор для сборных команд по подготовке к международным соревнованиям	03-30.03.2025 14 дней	г. Минск г. Брест г.Могилев г.Бобруйск	12	4		2	XXX
Открытый чемпионат Республики Беларусь (50м) (мужчины, женщины)	31.03 - 05.04.2025 6 дней	г.Минск г.Брест	12	3		2	XXX

Международные соревнования по назначению	14-20.04.2025 7 дней	По назначению	8	2		1	XXX
Учебно-тренировочный сбор для сборных команд по подготовке к международным соревнованиям	апрель, май 20 дней	Геленджик (РФ), Белек (Турция), о.Тенерифе (Испания), г.Волгоград (РФ), г.Брест г.Минск	16	4		2	XXX
Учебно-тренировочный сбор по подготовке к международным соревнованиям	май, июнь 21 день	Киргизия, г.Брест, г.Минск г.Могилев	16	4		2	XXX
Учебно-тренировочный сбор по подготовке к международным соревнованиям	июнь 5 дней	г. Минск	16	4		2	XXX
Учебно-тренировочный сбор по подготовке к международным соревнованиям	июнь, июль 7 дней	г. Минск	12	3		2	XXX
Первенство Российской Федерации среди юниоров и юниорок (юниоры 2007-2009 гг.р., юниорки 2007-2009 гг.р.)	07-13.07.2025 7 дней	По назначению	12	3		2	XXX
Учебно-тренировочный сбор для сборных команд по подготовке к международным соревнованиям	август 18 дней	г. Минск г. Брест	12	3		2	XXX
Чемпионат мира среди юниоров (юниоры, юниорки 2007-2010 гг.р.)	август 8 дней	По назначению	12	3		2	XXX

Государственный (главный) тренер национальной команды
Республики Беларусь по плаванию
Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию



А.В.Копаченя

О.Ф.Осейко



V. КОНТРОЛЬ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Объект контроля (стороны подготовленности, физическое качество, функция)	Средство контроля (тест)	Вид контроля (текущий, этапный, комплексный)	Место проведения	Результаты
Определение скоростно-силовых качеств	Тест 2x25 м тах, 50 м тах	комплексный		
Определение координационных возможностей	Тест Челночный бег	текущий		
Определение общей выносливости	Тест 2000 м в/ст	текущий		
Определение уровня интенсивности нагрузки, уровня аэробной производительности на ПАНО, определение лактатного профиля	Тест ПАНО 4x400 м в/ст	текущий		
Этапное обследование РНПЦ спорта	Измерительные приборы	этапный		
Гидродинамика	Измерительные приборы	этапный		
Сила тяги на воде	Измерительные приборы	этапный		
Подводная съемка с анализом внутри цикловой скорости плавания с вычислением гидромеханики	Измерительные приборы	этапный		

Государственный (главный) тренер национальной команды
Республики Беларусь по плаванию

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию



А.В.Копаченя



О.Ф.Осейко



VI. ПРИМЕНЯЕМЫЕ СРЕДСТВА ФАРМАКОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПОДГОТОВКИ

Для обеспечения сборной команды по плаванию требуются:

1. Лекарственные средства и 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.

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-специалист

 А.Е.Шуляковский

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию

 О.Ф.Осейко

 Олег

УП. ТРЕБОВАНИЯ К МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ ПОДГОТОВКИ

Наименование спортивной экипировки, инвентаря и оборудования	Количество, единицы
1. Плавки	1
2. Купальник	1
3. Гидрокостом (юниорки)	2
4. Гидрошорты (юниоры)	2
5. Очки для плавания	1
6. Костюм спортивный	1
7. Трусы (шорты) спортивные	1
8. Майка (футболка) спортивная	1
9. Носки	1
10. Туфли кроссовые	1
11. Шлепанцы (сланцы)	1
12. Сумка спортивные (рюкзак)	1
13. Костюм ветрозащитный	1
14. Шапочка с козырьком	1
15. Жилет утепленный	1
16. Шапочка спортивная	1
17. Костюм утепленный (куртка, брюки)	1
18. Эмблема учебно-спортивного учреждения	1

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию



О.Ф.Осейко



VIII. ЗАКЛЮЧЕНИЯ ТРЕНЕРА

1. По итогам подготовительного периода спортивной подготовки

2. По итогам соревновательного периода спортивной подготовки

3. По итогам учебного года (сезона)

Государственный (главный) тренер национальной команды
Республики Беларусь по плаванию

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию



А.В.Копаченя



О.Ф.Осейко



МОДЕЛЬ ПОДГОТОВКИ ЮНИОРСКОЙ СБОРНОЙ

[illegible]

[illegible]

/ Осейко О.Ф. /