

УТВЕРЖДЕНО

Учреждение «Республиканский центр
олимпийской подготовки по водным
видам спорта»


С.И.Марченко
«___» _____ 2024 г.

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



» « _____ 2024 г.


Н.С.Кравченко

1. СОСТАВ ЮНИОРСКОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПО ПЛАВАНИЮ

N п/п	Фамилия, собственное имя, отчество (если таковое имеется) спортсмена	Дата рождения	Админи- стративно- террито- риальная единица, за которую выступает спортсмен	Состав НК, Сборной команды РБ	Ведомство	Учреждение	Спорти вное звание	Лучший спортивный результат за прошедший 2024 год			Фамилия, имя, отчество личного тренера
								наименование спортивных соревнований	спортивная дисциплина	занятое место	
1	Василенко Анастасия Александровна	10.06.2010	Гродненская область	НК (переменный состав)	МСиТ	ГУСУ «Гродненская СДЮШОР № 5»	МС	ОДМ Республики Беларусь	50 м в/с 26,37 (717) 100 м в/с 59,51 (656)	1 3	Сорокин С.И.
2	Малышко Максим Сергеевич	28.05.2010	Брестская область	стажеры (переменный состав)	МСиТ	ГУ «СДЮШОР Минского района»	МС	ОДМ Республики Беларусь	200 м брасс 2.21,40 (698)	1	Рукович Е.Г.
3	Строгий Иван Алексеевич	06.01.2009	г.Минск	резерв (постоянный состав)	МСиТ	У «ЦЮР по в/в спорта»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	800 м вольный стиль 8.23,64 (682)	1	Уласович- Вовна О.В. Михайловская Н.И.
4	Гурская Ирина Евгеньевна	27.01.2010	г.Минск	стажеры (переменный состав)	МСиТ	У «ЦЮР по в/в спорта»	МС	Открытое Первенство Республики Беларусь	100 м баттерфлай 1.03,49 (667)	2	Григоров С.Н.
5	Адамович Мария Алексеевна	26.03.2010	г.Минск	стажеры (переменный состав)	МСиТ	У «ЦЮР по в/в спорта»	МС	ОДМ Республики Беларусь	100 м на спине 1.05,61(667)	1	Гарус Е.И.
6	Бонцевич Кирилл Витальевич	01.04.2009	г.Минск	стажеры (переменный состав)	МСиТ	У «СДЮШОР по плаванию «Нептун»	МС	ОДМ Республики Беларусь	200 м на спине 2.08,14 (666)	1	Луцинович А.С. Ботюк Е.В.

7	Шилко Валерия Денисенко	15.12.2010	Гомельская область	стажеры (перемешный состав)	МСИТ	ГУ «СДЮШОР № 1 Светлогорского района»	МС	ОДМ Республики Беларусь	100 м брасс 1.13,46 (665)	1	Макаренко И.В.
8	Тарасенко Алексей Константино вич	19.04.2009	Гомельская область	стажеры (перемешный состав)	МСИТ	ГУ «СДЮШОР Речницкого района»	КМС	ОДМ Республики Беларусь	100 м вольный стиль 53,66 (665)	3	Шарапов Р.М.
9	Бойко Иван Андреевич	06.06.2009	Минская область	резерв (постоянный состав)	МСИТ	УО «МГОУОР»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	400 м вольный стиль 4.03,22 (664)	1	Коба Н.К. Бохуров Р.А.
10	Гончаров Артём Николаевич	24.02.2009	Гомельская область	резерв (постоянный состав)	МСИТ	ГУ «Гомельский областной компл. ЦОР»	МС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	100 м брасс 1.03,35 (664)	1	Котова Н.В.
11	Брузго Егор Дмитриевич	13.05.2009	г.Минск	резерв (постоянный состав)	МСИТ	У «ГПОР по в/в спорта»	КМС	ОДМ Республики Беларусь	400 м в/с 4.14,36 (647)	2	Уласович- Вовна О.В. Михайловская Н.И.
12	Савченко Милана Алексеевна	04.02.2011	г.Минск	резерв (постоянный состав)	МСИТ	У «ГПОР по в/в спорта»	КМС	Открытое Первенство Беларуси «Веселый дельфин»	100 м брасс 1.12,09 (647)	1	Какашинская Е.М. Никоненко Е.Ю.
13	Сороковик Всеволод Юрьевич	16.01.2009	г.Минск	резерв (постоянный состав)	МСИТ	У «ГПОР по в/в спорта»	КМС	ОДМ Республики Беларусь	100 м брасс 1.05,79 (646)	1	Лебедев Г.Л.

14	Соколова Екатерина Игоревна	18.03.2010	Гродненская область	резерв (постоянный состав)	МСИГ	УО «МГОВОР»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	200 м вольный стиль 2.07,55 (646)	1	Коба Н.К. Бохуров Р.А
15	Пиваш Божена Викторовна	15.04.2010	Брестская область	резерв (постоянный состав)	МСИГ	ГУ «СДЮШОР №4 по плаванню г.Барановичи»	КМС	ОДМ Республики Беларусь	100 м брасс 1.14,27 (643)	2	Полегошко А.А.
16	Федотов Александр Павлович	16.03.2009	Брестская область	резерв (постоянный состав)	КП «Аквастар»	ООО «АКВАСТАР С Брест»	КМС	ОДМ Республики Беларусь	200 м на спине 2.10,19 (635)	2	Федотова Е.В.

Государственный (главный) тренер национальной команды
Республики Беларусь по плаванию



А.В.Копаченя

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию



О.Ф.Осейко




II. ПЕРСПЕКТИВНЫЕ СПОРТСМЕНЫ, ПРИВЛЕКАЕМЫЕ НА ПОДГОТОВКУ СО СБОРНОЙ КОМАНДОЙ

N п/п	Фамилия, собственное имя, отчество (если таковое имеется) спортсмена	Дата рождения спортсмена	Административно-территориальная единица, за которую выступает спортсмен	Состав НК, Сборной команды РБ	Ведомство	Учреждение	Спортивное звание	Лучший спортивный результат за прошедший 2024 год			Фамилия, имя, отчество личного тренера
								наименование спортивных соревнований	спортивная дисциплина	занятое место	
1	Сакович Егор Васильевич	04.04.2009	г. Минск	резерв (постоянный состав)	МСИТ	У «ЦЮР по в/в спорта»	КМС	ОДМ Республики Беларусь	200 м на спине 2.09,89 (639)	3	Лебедева Н.С.
2	Кейко Егор Александрович	29.05.2010	Гродненская область	резерв (постоянный состав)	МСИТ	ГУСУ «Гродненская СДЮШО №5»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	800 м вольный стиль 8.36,19 (621)	3	Сорокин С.И.
3	Курганская Александра Александровна	17.01.2010	г. Минск	резерв (переменный состав)	МСИТ	У «РЦОП по в/в спорта»	МС	ОДМ Республики Беларусь	100 м н/с 1.07,29 (618)	3	Макеев И.А. Чайка К.В.
4	Апанасик Никита Артурович	11.03.2009	Брестская область	резерв (переменный состав)	МСИТ	ГСУСУ «БО ЦОР по в/в спорта»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	100 м на спине 56,75 (617)	1	Мельничук А.А.
5	Пархоменко Кристина Александровна	26.03.2010	г. Минск	резерв (переменный состав)	МСИТ	У «РЦОП по в/в спорта»	МС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	200 м на спине 2.19,76 (616)	1	Крут Е.И.
6	Моисеев Валерия Никитична	01.02.2011	г. Минск	резерв (переменный состав)	МСИТ	У «СДЮШОР по плаванию «Янтарь»	КМС	Первенство Беларуси «Веселый дельфин»	100 м вольный стиль 59,09 (614)	1	Савченко А.А. Савченко Ю.С.

7	Савченко Влада Алексеевна	04.02.2011	г.Минск	резерв (переменный состав)	МСИТ	У «ГЦОР по в/в спорта»	КМС	Первенство Беларуси «Веселый дельфин»	100 м вольный стиль 59,12 (614)	2	Кокашинская Е.М. Никоненко Е.Ю.
8	Морозова Мария Игоревна	22.03.2011	г.Минск	резерв (переменный состав)	МСИТ	У «ГЦОР по в/в спорта»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	200 м вольный стиль 2.10,81 (599)	2	Кокашинская Е.М. Никоненко Е.Ю.
9	Поливкин Герман Петрович	11.08.2009	Могилевская область	резерв (переменный состав)	МСИТ	ГСУСУ «МОЦОР по г/в спорта»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	400 м комплекс 4.38,41 (599)	1	Шведов Ю.А.
10	Козлова Анастасия Кирилловна	04.10.2010	г.Минск	резерв (переменный состав)	МСИТ	У «СДЮШОР по плаванию «Нептун»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	200 м брасс 2.39,78 (597)	1	Лант У.А. Лычковский А.И. Клыга О.Г.
11	Бырда Егор Дмитриевич	02.01.2009	Брестская область	резерв (переменный состав)	МСИТ	ГСУСУ «БО ЦОР по в/в спорта»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	100 м вольный стиль 52,46 (597)	2	Мельничук А.А.
12	Граф Георгий Максимович	01.07.2009	г.Минск	резерв (переменный состав)	МСИТ	У «СДЮШОР по плаванию «Нептун»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	100 м вольный стиль 53,33 (594)	3	Дупинович А.С. Боток Е.В.
13	Лях Никита Борисович	24.02.2010	г.Минск	резерв (переменный состав)	МСИТ	У «ГЦОР по в/в спорта»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	50 м вольный стиль 24,02 (591)	3	Квашенко Т.А.

14	Вышинская Анна Дмитриевна	21.08.2012	Минская область	резерв (переменный состав)	МСИТ	ГУ «МОК СДЮШОР «Олимпик – 2011»	КМС	Первенство Беларуси «Веселый дельфин»	100 м на спине 1.05,87 (578)	1	Лях А.В.
15	Бельчик Мария Ивановна	29.10.2010	г. Минск	резерв (переменный состав)	МСИТ	У «ЦПОР по в/в спорта»	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	200 м на спине 2.22,92 (576)	2	Какашинская Е.М. Кононович Е.Ю.
16	Хотулева Маргарита Игоревна	07.06.2010	Гомельская область	резерв (переменный состав)	МСИТ	УО «ГТУОР» г. Гомель	КМС	Спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь	200 м вольный стиль 2.10,81 (575)	3	Муляев Р.Н.

Государственный (главный) тренер национальной команды
Республики Беларусь по плаванию

А.В.Копаченя

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию

О.Ф.Осейко

III. КАНДИДАТЫ ДЛЯ ЗАВОЕВАНИЯ МЕДАЛЕЙ И ОЧКОВ НА ОСНОВНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ

III Игры стран СНГ (юниоры 2009-2010 гг.р. и молодежь, юниорки 2010-2011 гг.р. и молодежь)
10-20 октября 2025 года г. Гянджа Азербайджан

п-п	Фамилия, имя	Соревнования	Дисциплина	Планируемый результат Место	Выполнение	Примечания
1	Гончаров Арте́м	III	100 брасс 200 брасс	1.04,50 1-3 место 2.20,00 1-3 место		
2	Мальшико Максим		100 брасс 200 брасс	1.04,80 1-3 место 2.20,50 1-3 место		
3	Адамович Мария		100 м н/с 200 м н/с	1.04,04 1-3 место 2.19,90 4-6 место		
4	Гурская Ирина		100м батт	1.03,00 4-6 место		
5	Шилко Валерия		100 м брасс	1.13,00 3-5 место		
6	Бонцевич Кирилл		200 м н/с	2.07,50 3-5 место		
7	Тарасенко Алексей	СНГ	100 м в/с	53,66 4-6 место		
8	Василенко Анастасия		50 м в/с 100 м в/с	26,30 4-6 место 59,30 6-8 место		
9	Эстафета 4x100 м комбин.		Юниоры Юниорки	1-3 место 1-3 место		
10	Эстафета 4x100 м в/ст		Юниоры Юниорки	1-3 место 1-3 место		

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



А.В.Копаченя
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.В.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 по подготовке к международным соревнованиям	03-16.02.2025 14 дней	г. Минск г. Брест	8	2		1	XXX
Открытое первенство Республики Беларусь (юниоры, юниорки 2007-2010 гг.р.)	17-21.02.2025 5 дней	г. Брест, г. Минск	8	2		1	XXX
Учебно-тренировочный сбор по подготовке к международным соревнованиям	03-16.03.2025 5 дней	г. Минск г. Брест г. Могилев г. Бобруйск	12	4		2	XXX
Олимпийские дни молодежи Республики Беларусь (юниоры 2009-2010 гг.р. и моложе, юниорки 2010-2011 гг.р. и моложе)	17-21.03.2025 5 дней	г. Минск г. Брест г. Могилев	12	3		1	XXX
Открытый чемпионат Республики Беларусь (50м) (мужчины, женщины)	31.03 - 05.04.2025 6 дней	г. Минск г. Брест	12	3		2	XXX

Международный турнир по назначению	Май 7 дней	по назначению	12	3		2	XXX	
Первенство «Веселый дельфин» (юниоры 2011г.р. и моложе, юниорки 2012г.р. и моложе)	27-30.05.2025 4 дня	г.Могилев г.Минск, г.Брест,	12	3		2	XXX	
Спартакиада детско-юношеских спортивных школ Республики Беларусь (юниоры 2010-2011гг.р., юниорки 2011-2012гг.р.)	17-20.06.2025 4 дня	г.Минск	12	3		2	XXX	
Открытый Кубок Республики Беларусь (50 м) (мужчины и женщины)	01-05.07.2025 5 дней	г.Минск г.Брест	12	3		1	XXX	
Учебно-тренировочный сбор по подготовке к международным соревнованиям	28.07-16.08.2025 21 день	Геленджик (РФ), г.Волгоград (РФ)/ г.Минск, г.Брест, г.Могилев	24	5		2	XXX	
Учебно-тренировочный сбор по подготовке к международным соревнованиям	25.08-14.09.2025 21 день	г.Минск, г.Брест, г.Могилев	24	5		2	XXX	
Учебно-тренировочный сбор по подготовке к международным соревнованиям	22.09-09.10.2025 21 день	г.Гянджа /Азербайджан/ г.Минск	24	5		2	XXX	
III Игры стран СНГ	10-20.10.2025 11 дней	г.Гянджа /Азербайджан/	24	5		2	XXX	

Государственный (главный) тренер национальной команды
Республики Беларусь по плаванию

А.В.Копаченя

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию

О.Ф.Осейко



V. КОНТРОЛЬ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ВНЕОЧЕРЕДНЫЕ КОМПЛЕКСНЫЕ ОБСЛЕДОВАНИЯ

№ п-п	Объект контроля (стороны подготовленности, физическое качество, функция).	Средства контроля (тест)	Вид контроля (текущий, внеочередной)	Место проведения, дата	Результаты
1	Определение скоростно-силовых качеств	Тест 2х25 м тах, 50 м тах	текущий	Место проведения УТС	
2	Определение координационных возможностей	Тест Челночный бег	текущий	Место проведения УТС	
3	Определение общей выносливости	Тест 2000 м в/с	текущий	Место проведения УТС	
4	Переносимость физических нагрузок Адекватность применяемых тренировочных нагрузок Обеспеченность организма энергетическими и пластическими субстратами Контроль обмена веществ	Биохимический контроль	ВКО	Минск РНИЦ спорта	
5	Определение психоэмоционального состояния	Психофизиологический контроль (психо-тесты, стабиллоплатформа)	ВКО	В рамках КНГ	
6	Определение уровня интенсивности нагрузки, уровня аэробной производительности на ПАНО, определение лактатного профиля	Тест ПАНО 4х400 м в/с	текущий	Место проведения УТС	
7	Определение перенапряжения ССС, функциональные показатели саморегуляции вегетативных функций организма	Функциональный контроль (ЭКГ)	ВКО	Минск РНИЦ спорта	
8	Гидродинамика, сила тяги, подводная съемка (с анализом внутриспиральной скорости с вычислением гидромеханики)	Измерительные приборы	этапный	Место проведения УТС	

Государственный (главный) тренер национальной команды
Республики Беларусь по плаванию

А.В.Копаченя

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию

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 каутучечные;

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.С. Мухомолович

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию



Овечко О.Ф.

(подпись)

VIII. ТРЕБОВАНИЯ К МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ ПОДГОТОВКИ

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

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию



О.Ф.Осейко



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 национальной команды
Республики Беларусь по плаванию

Тренер-преподаватель сборных команд по плаванию



А.В.Копаченя

О.Ф.Осейко



[illegible][illegible]

[illegible]

Dear Sir,

/ Осейко О.Ф. /