

**Система подготовки и отбора спортсменов сборной команды России  
по стендовой стрельбе в стартовый состав для участия в  
Олимпийских Играх, Чемпионате и Первенстве Европы,  
Первенстве Мира в 2020 году.**

**Содержание:**

- 1. Формирование групп, участвующих в отборе.**
- 2. Системы отбора на:**
  - 2.1 Олимпийские Игры Токио 2020;**
  - 2.2 Чемпионат Европы;**
  - 2.3 Первенство Европы;**
  - 2.4 Кубок Мира, Азербайджан;**
  - 2.5 Первенство Мира.**
- 3. Права и обязанности спортсменов.**
- 4. Нормативы ГТО для сдачи спортсменами сборной команды России**

**1. Формирование групп, участвующих в отборе**

Формирование групп отбора - «А», «В» и «С» - происходит на основании критериев, утвержденных Исполкомом ССР в 2019 году.

**2. Система отбора**

**2.1. Олимпийские Игры Токио.**

Основной целью системы отбора является формирование олимпийской команды для успешного выступления и завоевание медалей на ОИ.

Максимальный стартовый состав спортсменов в каждом упражнении может быть 2+1 (два основных спортсмена и один запасной), при условии, что в упражнении было завоёвано 2 лицензии. Запасной спортсмен сможет участвовать в Олимпийских Играх при условии, если основной спортсмен по каким-либо причинам в них не сможет принять участие.

**Олимпийцы.**

Спортсмены группы «А», которые по критериям отбора на 2020 отобрались в данную группу, являются Олимпийцами. Для вышеуказанной группы участия в стартах не являются отборочными на Олимпийские Игры 2020г.

Состав Олимпийцев будет определен по комплексному анализу данных за период подготовки:

- Функциональное состояние;
- Результатам УМО и КНГ;
- Медицинских показаниях;
- Физическая форма;
- Данные психофизиологического состояния;
- Результаты стрельб (соревнования, контрольные стрельбы).

**Кандидаты в Олимпийцы.**

Спортсмены группы «В» могут отобраться в группу Олимпийцев по следующим условиям:

- завоевали лицензию на Чемпионате Европы 2020 года;
- завоевали призовые места на Чемпионате Европы 2020 года;
- показали наибольший средний результат на отборочных соревнованиях (Таблица №1 п. п. 1,2,3,5).

В случае, если несколько спортсменов показали равные результаты или разница средних результатов составляет одну мишень, решение о включении данных спортсменов в стартовый состав команды на ОИ, принимается Исполкомом ССР по следующим критериям:

- участие в финалах и завоевание призового места на отборочных стартах;
- данные УМО, результаты тестирования КНГ и ОФП;
- результаты тестирования психолога сборной команды.

Окончательный состав команды и запасных спортсменов на Олимпийские игры 2020 года будет объявлен до 1 июня 2020 года, после окончания Чемпионата Европы, который пройдет во Франции с 06 по 20 мая.

## **2.2. Чемпионат Европы (лицензионный).**

В отборе на Чемпионат Европы участвуют спортсмены групп «А» и «В». Состав команды – 3 спортсмена в упражнении.

В стартовый состав команды на Чемпионат Европы входят спортсмены, показавшие лучший средний результат по итогам отборочных стартов (Таблица 1, п.п.1,2,3,5), при условии выполнения контрольного норматива (Таблица 2) на одном из отборочных стартов.

## **2.3. Первенство Европы.**

В отборе на Первенство Европы участвуют спортсмены групп «А» и «В» соответствующей возрастной категории.

Состав команды – 3 спортсмена в упражнении.

В стартовый состав отбираются спортсмены, показавшие лучший средний результат по итогам отборочных стартов (Таблица 1, п.п.1,4,5.), при условии выполнения не менее 1 раза норматива мастера спорта в соответствующем упражнении.

## **2.4. Кубок Мира, Азербайджан, г. Баку.**

В стартовый состав на участие в Кубке мир, Азербайджан, участвуют спортсмены группы «А» и «В». Состав команды – 3 спортсмена в упражнении.

В стартовый состав отбираются спортсмены, показавшие лучший средний результат по итогам отборочных стартов (Таблица 1, п.п.1,2,3,5,6.), при условии выполнения контрольного норматива.

## **2.5. Первенство Мира.**

В отборе на Первенство Мира участвуют спортсмены групп «А» и «В» соответствующей возрастной категории.

Состав команды - 3 спортсмена в упражнении.

Спортсмены, финалисты ПЕ, входят в состав команды для участия на ПМ.

Стартовый состав для участия в Первенстве мира дополняется спортсменами, показавшими лучшие средние результаты по итогам 4-х отборочных стартов (Таблица 1, п.п.1,4,5,8), при условии выполнения не менее 1 раза норматива мастера спорта в соответствующем упражнении.

**Таблица №1  
Отборочные соревнования**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование мероприятия (полное)</b>	<b>Дата проведения мероприятия</b>	<b>Место проведения мероприятия (город, страна)</b>
1	Гран-При	09-17.02	Никосия, Кипр
2	Этап Кубка Мира	01 – 09.04	Никосия, Кипр
3	Этап Кубка Мира	15 – 26.04	Нью-Дели, Индия

4	Первенство России (командное)	01 – 09.04	Краснодар
5	Международные соревнования	13-19.04	Шатору, Франция
6	ЧЕМПИОНАТ ЕВРОПЫ 06-20.05.2020 Шатору (Франция)*		
7	ПЕРВЕНСТВО ЕВРОПЫ 06-20.05.2020 Шатору (Франция)		
8	Чемпионат России (командный)	30.05 – 07.06.2020	Казань
9	Этап Кубка Мира	22.06.-03.07	Баку, Азербайджан
10	ПЕРВЕНСТВО МИРА 11-19.07.2020 Зуль (Германия)		
11	ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ 24.07-03.08.2020 Токио (Япония)		

\*Лицензионный старт

**Таблица № 2**  
**Контрольный норматив**

Упр.	женщины	мужчины
<b>Скит</b>	116	121
<b>Трап</b>	116	120

### 3. Права и обязанности спортсменов.

#### Группа «А»

##### Спортсмены группы «А» имеют право:

- а) на углубленное медицинское обследование (УМО), а также на обследование в рамках работы комплексной научной группы (КНГ);
- б) на индивидуальную программу подготовки к спортивному сезону 2020 года, согласованную со старшим тренером в упражнении и утвержденную главным тренером;
- в) на участие в полном цикле централизованных тренировочных мероприятий в 2020 году в составе сборной команды;
- г) на участие, не менее чем в 3-х международных соревнованиях, включенных в Единый календарный план (далее - ЕКП) 2020 года (Таблица 1);
- д) на обеспечение специальной стрелковой экипировкой;
- е) на обеспечение экипировкой сборной команды России;
- ж) на зачисление на ставку спортсмена - инструктора в ФГБУ ЦСП на 2020 год.

##### Спортсмены группы «А» обязаны:

- а) **выполнять требования Кодекса ВАДА;**
- б) пройти по плану ЕКП углубленное медицинское обследование (УМО);
- в) сдать и нормативы ГТО по соответствующим возрастным категориям (пункт 4, таблица №3), в соответствии с графиком, и поддерживать их уровень, демонстрируя положительную динамику;
- г) предоставить индивидуальный план подготовки на 2020 год до 23 декабря 2019 года;
- д) участвовать не менее трех отборочных соревнованиях, включенных в систему отбора (Таблица 1);
- е) находясь на централизованных мероприятиях, выполнять требования к участникам централизованной подготовки (Приложение 1);

ж) на всех централизованных мероприятиях обязательно носить форму сборной команды России.

### **Группа «В»**

#### Спортсмены группы «В» имеют право:

- а) на углубленное медицинское обследование (УМО), тестирование в рамках работы КНГ;
- б) на участие в централизованных тренировочных мероприятиях, включенных в ЕКП 2020 года составе сборной команды);
- в) по итогам выступлений в 2020 году перейти в группу «А»;
- г) на участие в отборочных международных соревнованиях;
- д) претендовать на обеспечение специальной стрелковой экипировкой;
- е) претендовать на обеспечение экипировкой сборной команды России;
- ж) претендовать на зачисление на ставку спортсмена - инструктора в ФГБУ ЦСП на 2020 год.

#### Спортсмены группы «В» обязаны:

- а) соблюдать требования Кодекса ВАДА;**
- б) пройти углубленное медицинское обследование (УМО) и тестирование в рамках работы комплексной научной группы (КНГ), согласно ЕКП;
- в) сдать нормативы ГТО по соответствующим возрастным категориям (пункт 4, таблица №3) в соответствии с графиком, и поддерживать их уровень, демонстрируя положительную динамику;
- г) предоставить старшему тренеру группы индивидуальный план подготовки спортивных мероприятий на 2020 год до 23 декабря 2019 года;
- д) участвовать во всех централизованных тренировочных мероприятиях сборной команды с обязательным участием на Гран При Кипра 2020;
- е) участвовать во всех официальных контрольных стрельбах, назначенных тренером по упражнению, проводимых на централизованных ТМ;
- ж) участвовать во всех стартах, включенных в систему отбора;
- з) находясь на централизованных мероприятиях, выполнять требования к участникам централизованной подготовки (Приложение 1);
- и) на всех централизованных мероприятиях обязательно носить форму сборной команды России.

*Спортсмены, вошедшие в группы «А» и «В», должны иметь медицинский допуск ФМБА России, действующий заграничный паспорт, срок действия которого заканчивается не позднее 6-ти месяцев до даты начала спортивных мероприятий за рубежом, включенных в ЕКП 2020 года.*

### **Группа «С»:**

Спортсмены списочного состава сборной команды России, не вошедшие в группы «А» и «В», а также спортсмены, которых включают в эту группу внутренним распоряжением ССР по обоснованию тренера по упражнению.

#### Спортсмены группы «С» имеют право:

- а) участвовать в международных стартах – Гран-При Кипра, Международные соревнования (по назначению) - за счёт региона или за свой счёт;
- б) по итогам выступления на соревнованиях, включенных в ЕКП в 2020 году, перейти в группу «В» на 2021 год, в случае выполнения соответствующих критериев (Приложение 1);

#### Спортсмены, входящие в группу «С» обязаны:

- а) выполнять требования Кодекса ВАДА;**
- б) участвовать:
  - в чемпионатах России (личном и командном),

- в Финале Кубка России,
- не менее, чем в 2-х этапах Кубка России;
- в) предоставить по запросу старшего и/или главного тренера сборной отчет (дневник) об индивидуальной подготовке в 2020 году.

#### 4. Нормативы ГТО для сдачи спортсменами сборной команды России

Таблица № 3

№	ТЕСТИРОВАНИЕ ОФП	ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА	НОРМАТИВЫ ПО ВОЗРАСТАМ
1	Кросс 3 км (мужчины)  2 км (женщины)	Выносливость	<b>Мужчины</b> 15-17 лет — 14.40 18-24 года — 13.30 25-29 лет — 13.50 30-34 года — 14.20 35-39 лет — 14.40 40-44 года (2 км) – 12.40/либо кросс 3 км по пересеченной местности – 20.30 45-49 лет (2 км) – 13.10/либо кросс 3 км по пересеченной местности – 21.00 <b>Женщины</b> 13-14 лет – 11.40 15-17 лет — 11.20 18-24 года — 11.15 25-29 лет — 11.30 30-34 года — 12.30 35-39 лет — 13.00 40-44 года – 15.10 45-49 лет – 16.10
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики/юноши/мужчины)	силовые способности – сила мышц плечевого пояса, спины и рук	<b>Мужчины</b> 15-17 лет — 13 18-24 года — 13 25-29 лет — 12 30-34 года — 10 35-39 лет — 10 40-44 года – 9 45-49 лет – 9
2.1	Подтягивания из виса лежа на низкой перекладине (девочки/девушки/женщины)	силовые способности – сила мышц плечевого пояса, рук и спины	<b>Женщины</b> 13-14 лет – 15 15-17 лет — 17 18-24 года — 20 25-29 лет — 20 30-34 года — 20 35-39 лет — 20 40-44 года – 17 45-49 лет – 15
3	Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу (все)	силовые способности – сила мышцы плечевого пояса, рук и груди	<b>Мужчины</b> 15-17 лет – 30 18-24 года – 35 25-29 лет – 40 30-34 года – 40 35-39 лет – 35

			40-44 года – 35 45-49 лет – 35 <b>Женщины</b> 13-14 лет – 17 15-17 лет — 18 18-24 года — 17 25-29 лет — 16 30-34 года — 16 35-39 лет — 15 40-44 года – 14 45-49 лет – 14
4	Прямые скручивания лежа на спине, ноги на скамье (угол в коленях – 90 градусов)	силовые способности – сила мышц живота	<b>Мужчины</b> 15-17 лет — 45 18-24 года – 45 25-29 лет – 45 30-34 года – 42 35-39 лет – 41 40-44 года – 32 45-49 лет - 28 <b>Женщины</b> 13 – 14 лет - 34 15-17 лет — 34 18-24 года — 40 25-29 лет — 34 30-34 года — 38 35-39 лет — 34 40-44 года – 22 45-49 лет – 19
5	Гиперэкстензия в тренажере «римский стул» или на скамье	силовые способности – сила мышц-разгибателей спины	<b>Мужчины</b> 15-17 лет — 42 18-24 года – 45 25-29 лет – 45 30-34 года – 42 35-39 лет – 41 40-44 года – 36 45-49 лет – 34 <b>Женщины</b> 13 – 14 лет - 34 15-17 лет — 34 18-24 года — 40 25-29 лет — 38 30-34 года — 36 35-39 лет — 34 40-44 года – 32 45-49 лет – 30