

**Система подготовки и отбора
спортсменов-кандидатов в стартовый состав сборной команды России по
пулевой стрельбе (группа «винтовка, женщины») для участия
в Играх XXXI Олимпиады (Рио-де-Жанейро, Бразилия)**

Содержание:

1. Формирование группы;
2. Порядок централизованной подготовки:
 - 2.1 Общие принципы графика подготовки,
 - 2.2. План тренировочных и соревновательных мероприятий;
3. Порядок отбора в стартовый состав для участия в Играх XXXI Олимпиады (Рио-де-Жанейро, Бразилия);
4. Подготовка стартового состава.

Цель:

Формирование группы по упражнениям наиболее талантливых и успешных спортсменов с целью отбора основного состава олимпийской команды и подготовка ее к безусловной реализации стабильных результатов, позволяющих не только обеспечить выход в финал, но и призовое место на Олимпийских Играх.

1. Формирование группы.

В каждом упражнении группы в список кандидатов входит до 6 спортсменов, которые:

- 1) в 2015 году и/или 2016 году - в составе группы «А»,
- 2) в 2014 и 2015 году входили в состав группы «В»,
- 3) в 2015-2016 г.г., входя в состав группы «А» или «В» в соответствующем упражнении, завоевали лицензию на Игры XXXI Олимпиады (Рио-де-Жанейро, Бразилия),
- 4) в 2015 году, входя в состав группы «В» в соответствующем упражнении:
 - 4.1) заняли 1-3 место на чемпионате Европы или Европейских играх,
 - 4.2) финалисты этапов Кубка мира, чемпионата Европы, Европейских игр, при условии, что результат в квалификации был не ниже:
Малокалиберная винтовка, стрельба из 3-х положений, 50 м – 581 очко,
Пневматическая винтовка, 10 м – 416,0 очка;
 - 4.3) победители международных соревнований при условии, что результат в квалификации был не ниже:
Малокалиберная винтовка, стрельба из 3-х положений, 50 м – 583 очка,
Пневматическая винтовка, 10 м – 416,5 очка

Критерии представлены по степени значимости.

2. Порядок централизованной подготовки

2.1 Общие принципы графика подготовки:

- Все спортсмены, зачисленные в группу кандидатов на участие в Играх XXXI Олимпиады (Рио-де-Жанейро, Бразилия), переходят на централизованный режим подготовки: не менее 3-х недель централизованных мероприятий (тренировочных и/или

- соревновательных) + не более 1 недели «свободного» графика;
- период централизованной подготовки: 1 октября 2015 года – 15 июля 2016 года;
 - участие спортсменов в централизованных мероприятиях является обязательным;
 - план участия в соревнованиях определяется старшим тренером группы;
 - участие личных тренеров на тренировочных мероприятиях возможно при наличии соответствующих заявлений от спортсмена, личного тренера и согласования старшего тренера группы;
 - соблюдение плана тренировочного мероприятия является обязательным, включая прохождение контрольных стрельб, необходимых обследований, присутствие на лекциях, семинарах, коллективных мероприятиях;
 - в начале и конце каждого тренировочного мероприятия обязательно проводится тестирование:
 - по стрелковой подготовке (контрольные стрельбы с квалификацией и финалами в соответствии с правилами вида спорта, с приглашением судей);
 - общефизической подготовке;
 - функциональному состоянию;
 - результаты контрольных стрельб, наравне с результатами соревнований, будут определять уровень подготовки каждого спортсмена (средний результат и положительную динамику),
 - динамика и уровень спортивной подготовки, а также оценка функционального состояния будут определяющими при близких или равных показателях стрельбы;
 - дни отдыха в период тренировочного мероприятия будут иметь план мероприятий как восстановительных, так и культурно-массовых, в связи с чем не предполагают свободного покидания места сбора;
 - спортсмен, пропустивший два тренировочных мероприятия, теряет право на отбор для участия в Олимпийских играх;
 - Спортсмены, победители Чемпионатов Европы, мира и Европейских игр 2015 года готовятся по индивидуальному плану согласованному со старшим тренером в упражнении и главным тренером.

2.2. План тренировочных и соревновательных мероприятий

Централизованная подготовка спортсменов начнётся с 1 октября 2015 года по следующему графику:

*Тренировочные и соревновательные мероприятия Таблица № 1**

№	Сроки проведения ТМ	Тип мероприятия (ТМ, МС, РС)/ Место проведения	Программа
1	11.10. – 24.10.2015г.	ТМ/ ССК «Лисья нора» с. Игнатово	(МК, ВП)
2	25.10. – 08.11.2015г.	ТМ/ г. Доха (Катар)	(МК, ВП)
3	17.11 - 30.11.2015г.	ТМ/ УТЦ «Новогорск» г. Химки	МК, ВП, КНГ, тестирование
4	27.11 - 30.11.2015г.	МС/г. Гйор Венгрия	(ВП)
5	01.12 - 08.12.2015г	РС/ Кубок России и ВС г. Ижевск	(МК, ВП)
6	11.12 - 25.12.2015г.	ТМ/ г. Бангкок (Таиланд)	(МК, ВП) восстановлен

			ие
7	10.01 - 31.01.2016г.	ТМ/ УТЦ «Новогорск»	ВП и МК
8	14.01 - 18.01.2016г.	МС/ г.Пльзень (Чехия)	ВП
9	26.01 - 31.01.2016г.	МС/ г. Мюнхен (Германия)	ВП
10	02.02. - 09.02.2016г.	РС/ Чемпионат России и ВС г. Ижевск	(ВП, МК)
11	10.02. - 21.02.2016г.	ТМ/ УТЦ «Новогорск»	(ВП, МК)
12	22.02-28.02.2016	МС/ ЧЕМПИОНАТ ЕВРОПЫ/ ГЙОР (ВЕНГРИЯ)	ВП
13	01.03-09.03.2016	МС/ КУБОК МИРА/ БАНГКОК (ТАИЛАНД)	ВП, МК
14	11.03. - 24.03.2016г.	ТМ/ УТЦ «Новогорск»	(МК, ВП)
15	01.04. - 13.04.2016г.	ТМ/ г. Резенда (Бразилия)	(МК, ВП)
16	13.04 – 25.04.2016г.	МС/ ЭТАП КУБКА МИРА/ РИО-ДЕ- ЖАНЕЙРО (БРАЗИЛИЯ)	МК, ВП
17	26.04 – 03.05.2016г.	РС/Чемпионат России и ВС г. Краснодар	(МК, ВП)
18	05.05. – 18.05.2016г.	ТМ/ г. Болония (Италия)	(МК, ВП)
19	19.05 – 26.05.2016г.	МС/ ЭТАП КУБКА МИРА/ МЮНХЕН (ГЕРМАНИЯ)	(МК, ВП)
20	01.06 – 08.06.2016г.	РС/Кубок России, ССК «Лисья нора»; (с. Игнатово)	(МК, ВП)
21	09.06. – 17.06.2016г.	ТМ/ ССК «Лисья нора», (с. Игнатово)	(МК, ВП)
22	17.06. – 27.06.2016г.	МС/ КУБОК МИРА/ БАКУ (АЗЕРБАЙДЖАН)	(МК, ВП)
23	07.07. – 15.07.2016г.	РС/Чемпионат России ССК «Лисья нора»	(МК, ВП)
24	21.07. – 04.08.2016г.	ТМ/ССК «Лисья нора»	(МК, ВП)

**План является предварительным, возможно внесение изменений.*

Для спортсменов, не участвующих в международном соревновании после тренировочного мероприятия в соответствии с графиком подготовки, тренировочное мероприятие продолжается с учетом графика «3+1».

3. Порядок отбора в стартовый состав для участия в Играх XXXI Олимпиады (Рио-де-Жанейро, Бразилия)

- Результаты спортивных мероприятий и контрольных стартов учитываются в определении показателей готовности спортсмена.

- Планирование участия в тех или иных мероприятиях тренеров группы обеспечивает максимальное равное количество стартов, как на международных соревнованиях, так и на российских.

- Первая корректировка состава групп будет произведена по результатам всех стартов до 1 марта 2016 года. Из дальнейшей системы отбора на Олимпийские игры выбывают спортсмены из каждого упражнения, показавшие худший средний результат по итогам указанных стартов.

Окончательный состав команды и запасных спортсменов на Олимпийские игры 2016 года будет объявлен после Кубка Мира в Рио-де-Жанейро (14-25.04.2016 г) до 1 мая 2016 года.

- На основании завоеванных лицензий в стартовый состав в каждом упражнении войдут спортсмены, показавшие наибольший средний результат контрольных стартов и стартов на соревнованиях. В случае, если у нескольких спортсменов будут одинаковые или близкие к равному результаты, то решение по их участию в Олимпийских играх будет приниматься:

- с учетом динамики и стабильности результатов, показанных на соревнованиях и контрольных стартах;
- по лучшим средним квалификационным результатам международных соревнований;
- с учетом динамики показателей функционального состояния,
- по лучшей физической форме.

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 может принять участие в Играх при условии, если основной спортсмен по каким-либо причинам в них не сможет участвовать.

4. Подготовка стартового состава

- Подготовка стартового состава осуществляется в период с 1 марта по 15 июля 2016 года.
- Вывод стартового состава на максимальную готовность к выступлению производится в соответствии с индивидуальным планом, составленным тренером группы и личным тренером, в рамках централизованной подготовки, включающей тренировочные мероприятия, соревнования, контрольные мероприятия, восстановление и отдых
- Спортсмены, отобравшиеся на Олимпийские игры, должны иметь медицинский допуск врача, отрицательные результаты АДК, действующий заграничный паспорт, срок действия которого заканчивается не менее, чем через 6 месяцев с даты вылета на ОИ 2016 года.