

**ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ СПОРТИВНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«СТРЕЛКОВЫЙ СОЮЗ РОССИИ»**

**ЦЕЛЕВАЯ КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ
К ИГРАМ XXXII ОЛИМПИАДЫ 2020 г. в г. ТОКИО (ЯПОНИЯ)**

ПУЛЕВАЯ СТРЕЛЬБА

**Президент Стрелкового Союза России
В.С. Лисин**

**Главный тренер
Т.В. Голдобина**

Москва - 2017

I. ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПУЛЕВОЙ СТРЕЛБЫ В ОЛИМПИЙСКОМ ЦИКЛЕ 2013-2016 гг.

Итоги выступления сборной команды России на чемпионатах мира, Европы и Олимпийских Играх в Олимпийском цикле 2013-2016 гг.

2013 год

Чемпионаты Европы по стрельбе из пневматического и малокалиберного оружия

г. Оденсе (Дания) 25.02 – 03.03.2013г.

г. Осиек (Хорватия) 21.07 – 03.08.2013г.

Количество стран- участниц – 44

Количество стран- участниц – 39

Количество спортсменов – 259

Количество спортсменов – 260

(все дисциплины)

Таблица 1

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего медалей
		Золото	Серебро	Бронза	
1	Франция	7	4	1	12
2	Украина	6	5	4	15
3	Россия	5	8	5	18
4	Италия	4	1	0	5
5	Германия	3	7	5	15
6	Швейцария	3	4	1	8
7	Турция	3	2	1	6
8	Швеция	2	1	1	4
9	Австрия	2	0	3	5
10	Финляндия	2	0	2	4
11	Сербия	1	1	2	4
12	Дания	1	0	2	3
13	Эстония	1	0	1	2
14	Израиль	1	0	0	1
14	Чехия	1	0	0	1
15	Польша	0	3	3	6
16	Белоруссия	0	2	5	7
17	Хорватия	0	2	0	2
18	Норвегия	0	1	2	3
19	Португалия	0	1	1	2
20	Испания	0	0	1	1
20	Словения	0	0	1	1
20	Венгрия	0	0	1	1

(в олимпийских дисциплинах)

Таблица 2

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего медалей
		Золото	Серебро	Бронза	
1	Россия	2	2	1	5
2	Франция	2	1	0	3
3	Германия	1	2	2	5
4	Италия	1	1	0	2
5	Израиль	1	0	0	1
5	Австрия	1	0	0	1
5	Украина	1	0	0	1
5	Швейцария	1	0	0	1
6	Хорватия	0	2	0	2
7	Белоруссия	0	1	3	4
8	Португалия	0	1	0	1
9	Испания	0	0	1	1
9	Финляндия	0	0	1	1
9	Словения	0	0	1	1
9	Сербия	0	0	1	1

2014 год

Чемпионаты Европы по стрельбе из пневматического оружия

г. Москва (Россия) 26.02 – 06.03.2013г.

Количество стран- участниц – 45

Количество спортсменов – 251

(все дисциплины)

Таблица 3

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего медалей
		Золото	Серебро	Бронза	
1	Украина	3	3	0	6
2	Венгрия	2	0	2	4
3	Финляндия	2	0	1	3
4	Германия	1	3	0	4
5	Белоруссия	1	2	2	5
5	Россия	1	2	2	5
7	Сербия	1	1	1	3
8	Польша	1	0	0	1
9	Италия	0	1	1	2
10	Швеция	0	0	1	1
10	Франция	0	0	1	1
10	Португалия	0	0	1	1

(в олимпийских дисциплинах)

Таблица 4

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего медалей
		Золото	Серебро	Бронза	
1	Украина	2	0	0	2
2	Германия	1	1	0	2
3	Венгрия	1	0	0	1
4	Белоруссия	0	2	1	3
5	Сербия	0	1	1	2
6	Россия	0	0	1	1
6	Португалия	0	0	1	1
	Всего	4	4	4	12

Чемпионат Мира по стрельбе из пневматического и малокалиберного оружия

г. Гранада (Испания), 06-20.09.2014 г.

Количество стран- участниц – 94

Количество спортсменов – 2034

(все дисциплины)

Таблица 5

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего
		Золото	Серебро	Бронза	
1	Китай	5	4	2	11
2	Германия	4	2	2	8
3	Ю. Корея	4	1	0	5
4	Турция	2	1	0	3
4	Франция	2	1	0	3
5	Польша	2	0	0	2
6	Швеция	1	5	0	6
7	Россия	1	2	5	8
8	Норвегия	1	1	1	3
9	Италия	1	1	0	2
10	США	1	0	2	3
11	Австрия	1	0	0	1
11	Дания	1	0	0	1
12	Украина	0	3	1	4
13	Хорватия	0	1	0	1
13	Индия	0	1	0	1
13	Португалия	0	1	0	1
14	Белоруссия	0	0	3	3
15	Швейцария	0	0	1	1
15	Чехия	0	0	1	1
15	КНДР	0	0	1	1
15	Венгрия	0	0	1	1
15	Эстония	0	0	1	1
15	ЮАР	0	0	1	1

(в олимпийских дисциплинах)

Таблица 6

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего медалей
		золото	серебро	бронза	
1	Ю. Корея	4	1	0	5
2	Китай	3	1	2	6
3	Германия	2	1	1	4
4	Австрия	1	0	0	1
5	Италия	1	0	0	1
6	Россия	0	2	1	3
7	Белоруссия	0	0	3	3
8	Украина	0	1	0	1
9	Хорватия	0	1	0	1
10	Индия	0	1	0	1
11	Турция	0	1	0	1
12	Тайвань	0	0	1	1
13	Норвегия	0	0	1	1
14	Венгрия	0	0	1	1

2015 год

Чемпионат Европы по стрельбе из пневматического и малокалиберного оружия

г. Арнем (Нидерланды), 02 – 08.03.2015 г.

Количество стран- участников – 41

Количество спортсменов – 264

г. Марибор (Словения), 18.07-01.08.2015 г.

Количество стран- участников – 46

Количество спортсменов – 382

(все дисциплины)

Таблица 7

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего медалей
		Золото	Серебро	Бронза	
1	Россия	8	6	5	19
2	Германия	6	1	3	10
3	Венгрия	2	1	2	5
4	Франция	2	1	0	3
5	Чехия	1	2	1	4
6	Сербия	1	1	1	3
7	Болгария	1	1	0	2
8	Украина	1	0	3	4
9	Финляндия	1	0	1	2
9	Швеция	1	0	1	2
10	Португалия	1	0	0	1
11	Италия	0	5	1	6
12	Великобритания	0	2	0	2
13	Белоруссия	0	1	3	4
14	Швейцария	0	1	1	2
14	Австрия	0	1	1	2
14	Словения	0	1	1	2
15	Франция	0	1	0	1

15	Норвегия	0	1	0	1
15	Хорватия	0	1	0	1
16	Польша	0	0	2	2
17	Испания	0	0	1	1

(в олимпийских дисциплинах)

Таблица 8

Место	СТРАНА	Количество занятых мест			Всего медалей
		Золото	Серебро	Бронза	
1	Германия	3	0	2	5
2	Россия	2	2	2	6
3	Болгария	1	1	0	2
3	Сербия	1	1	0	2
4	Украина	1	0	1	2
4	Венгрия	1	0	1	2
5	Португалия	1	0	0	1
6	Италия	0	4	0	4
7	Белоруссия	0	1	2	3
8	Франция	0	1	0	1
9	Испания	0	0	1	1

2016 год

Чемпионат Европы по стрельбе из пневматического оружия

г. Дьер (Венгрия) 23.02-28.02.2016г.

Количество стран - участниц – 41

Количество спортсменов – 264

(все дисциплины)

Таблица 9

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего медалей
		Золото	Серебро	Бронза	
1	Россия	4	0	1	5
2	Украина	2	2	2	6
3	Сербия	1	0	1	2
4	Турция	1	0	0	1
5	Белоруссия	0	1	0	1
6	Испания	0	1	0	1
7	Норвегия	0	1	0	1
8	Болгария	0	1	0	1
9	Венгрия	0	1	0	1
10	Польша	0	1	0	1
11	Хорватия	0	0	1	1
12	Швейцария	0	0	1	1
13	Швеция	0	0	1	1
14	Финляндия	0	0	1	1

(в олимпийских дисциплинах)

Таблица 10

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего медалей
		Золото	Серебро	Бронза	
1	Сербия	1	0	1	2
2	Украина	1	0	1	2
3	Россия	1	0	0	1
3	Турция	1	0	0	1
4	Белоруссия	0	1	0	1
4	Испания	0	1	0	1
4	Норвегия	0	1	0	1
4	Болгария	0	1	0	1
5	Хорватия	0	0	1	1
5	Швейцария	0	0	1	1

Количество медалей в Олимпийской программе в период 2013-2016 годов:

Таблица 11

	Золото	Серебро	Бронза	Всего
Чемпионат мира	0	2	1	3
Чемпионаты Европы	5	6	5	16
Этапы Кубков Мира	10	8	16	34
Финалы Кубков Мира	6	4	3	13
Олимпийские игры	0	2	2	4

Количество завоёванных спортсменами медалей в официальных международных соревнованиях в Олимпийской программе в 2013-2016 годах

Таблица 12

	Золото	Серебро	Бронза	Всего
Чемпионат мира	0	2	1	3
Чемпионаты Европы	5	4	4	13
Этапы Кубков Мира	10	8	16	34
Финалы Кубков Мира	6	4	3	13
Олимпийские игры	0	2	2	4

Представленные данные показывают, что в течение Олимпийского цикла на крупнейших международных соревнованиях выступления спортсменов сборной были достаточно успешными, что позволяло по итогам занимать лидирующие места в медальных зачетах в олимпийских дисциплинах. На Олимпийских Играх в 2016 года команда была представлена во всех упражнениях, было 11 выходов в финалы. Российские спортсмены участвовали во всех финалах программы Олимпийских Игр.

Сравнительный анализ результатов
выступления сильнейших сборных команд мира в Олимпийском цикле 2013-2016г.г.

Таблица 13

Страны	Количество завоёванных медалей на крупнейших Мировых соревнованиях		
	Олимпийские игры	Чемпионат мира	Финал Кубка Мира
Китай	7 медалей (1-2-4)	6 медалей (3-1-2)	36 медалей (12-9-15)
Германия	4 медали (3-1-0)	4 медали (2-1-1)	11 медалей (5-3-3)
Россия	4 медали (0-2-2)	3 медали (0-2-1)	13 медалей (6-4-3)
Италия	2 медали (2-0-0)	1 медаль (1-0-0)	7 медалей (3-2-2)
Корея	2 медали (1-1-0)	5 медалей (4-1-0)	4 медали (0-1-3)
Вьетнам	2 медали (1-1-0)	-	1 медаль (0-1-0)
Греция	2 медали (1-0-1)	-	3 медали (1-2-0)
Франция	2 медали (0-1-1)	-	2 медали (1-0-1)
США	1 медаль (1-0-0)	-	8 медалей (4-0-4)
Украина	1 медаль (0-1-0)	1 медаль (0-1-0)	4 медали (0-1-3)
Бразилия	1 медаль (0-1-0)	-	-
КНДР	1 медаль (0-0-1)	-	-
Швейцария	1 медаль (0-0-1)	-	-
Иран	-	-	3 медали (2-0-1)
Индия	-	1 медаль (0-1-0)	4 медали (1-3-0)
Сербия	-	-	13 медалей (4-6-3)
Мексика	-	-	2 медали (2-0-0)
Хорватия	-	1 медаль (0-1-0)	-
Турция	-	1 медаль (0-1-0)	1 медаль (0-0-1)
Австрия	-	1 медаль (1-0-0)	-
Тайвань	-	1 медаль (0-0-1)	-
Норвегия	-	1 медаль (0-0-1)	2 медали (0-1-1)
Венгрия	-	1 медаль (0-0-1)	1 медаль (1-0-0)
Япония	-	-	2 медали (0-2-0)

По итогам выступления в Олимпийском цикле 2013-2016г.г. видно, что сильнейшими и многочисленными командами в мире являются: Китай, Германия, Корея, Россия. Такие страны как Италия, Греция, Вьетнам представлены 1-2 спортсменами-мировыми лидерами.

Распределение медалей на XXXI Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро

г. Рио-Де-Жанейро (Бразилия) 30.07-16.08.2016г.

Количество стран - участниц – 98

Таблица 14

Место	СТРАНА	Количество медалей			Всего медалей
		золото	серебро	бронза	
1	Германия	3	1	0	4
2	Италия	2	0	0	2
3	Китай	1	2	4	7
4	Южная Корея	1	1	0	2
4	Вьетнам	1	1	0	2

5	Греция	1	0	1	2
6	США	1	0	0	1
7	Россия	0	2	2	4
8	Франция	0	1	1	2
9	Украина	0	1	0	1
9	Бразилия	0	1	0	1
10	КНДР	0	0	1	1
10	Швейцария	0	0	1	1

Распределение медалей и занятых восьми мест на XXXI Олимпийских играх
в Рио-Де-Жанейро

г. Рио-Де-Жанейро (Бразилия) 30.07-16.08.2016г.
Количество стран - участниц – 98

Таблица 15

Мес то	СТРАНА	Количество занятых мест								Всего медалей
		1 место	2 место	3 место	4 место	5 место	6 место	7 место	8 место	
1	Германия	3	1	0	2	1	0	0	0	4
2	Италия	2	0	0	1	0	3	1	0	2
3	Китай	1	2	4	2	1	1	0	1	7
4	Южная Корея	1	1	0	1	1	0	0	0	2
4	Вьетнам	1	1	0	0	0	0	0	0	2
6	Греция	1	0	1	0	0	0	0	0	2
7	США	1	0	0	0	0	0	0	1	1
8	Россия	0	2	2	1	2	1	2	1	4
9	Франция	0	1	1	0	0	0	0	0	2
10	Бразилия	0	1	0	0	0	0	0	0	1
10	Украина	0	1	0	0	0	0	0	1	1
11	Швейцария	0	0	1	0	0	1	0	0	1
11	КНДР	0	0	1	0	0	0	1	0	1
12	Индия	0	0	0	1	0	0	0	1	0
13	Словакия	0	0	0	1	0	0	1	0	0
14	Мексика	0	0	0	1	0	0	0	0	0
15	Белоруссия	0	0	0	0	1	1	0	0	0
16	Австрия	0	0	0	0	1	0	0	0	0
17	Египет	0	0	0	0	1	0	0	0	0
18	Куба	0	0	0	0	1	0	0	0	0
19	Венгрия	0	0	0	0	1	0	0	0	0
20	Иран	0	0	0	0	0	1	0	1	0
21	Грузия	0	0	0	0	0	1	0	0	0
22	Испания	0	0	0	0	0	1	0	0	0
23	Хорватия	0	0	0	0	0	0	2	0	0

24	Сербия	0	0	0	0	0	0	1	0	0
25	Чехия	0	0	0	0	0	0	1	0	0
26	Болгария	0	0	0	0	0	0	0	1	0
27	Таиланд	0	0	0	0	0	0	0	1	0
28	Норвегия	0	0	0	0	0	0	0	1	0
Итого:		10	10	10						30

Сборная команда России по пулевой стрельбе, участвуя в лицензионных стартах 2014-2015 г.г., завоевала 14 лицензий из 20 возможных.

Россию представляло одиннадцать спортсменов, которые участвовали в 10 дисциплинах программы Олимпийских Игр.

Одиннадцать раз спортсмены России выходили в финалы, что уже говорит о том, что спортсмены подошли в хорошей форме к стартам. К подготовке сборной команды были привлечены: КНГ, психологи, тренеры по ОФП. Заключительное тренировочное мероприятие проводилось в Испании, в г. Гранада исходя из климатических условий Бразилии и менее ощутимого перелёта и временной разницы для более постепенной и комфортной подготовки спортсменов.

К старту все спортсмены подошли в хорошей физической форме, что показывают достаточно высокие результаты и многократные выходы в финал. Россия показала себя во всех дисциплинах на высоком уровне.

Было занято четыре медали – две серебряных, две бронзовых. С тем, что в финальной части соревнований все спортсмены уравниваются и финал теперь как отдельное упражнение, исход финала становится всё больше не предсказуемым, но наши спортсмены смогли достойно выступить.

Мировые тенденции развития пулевой стрельбы.

Современные достижения (рекорды) спортсменов

Таблица 16

Спортивные дисциплины	РЕКОРДЫ			
	Олимпийских Игр	Мира	Европы	России
ВП-6	630,2	633,5	633,5	633,4
МВ-9	629,0*	633,0*	633,0*	633,0
МВ-6	1184*	1186*	1186*	1186
ПП-3	591*	594	593*	595
МП-6	581*	583	581*	581
МП-8	592*	593	593	592
ВП-4	420,7	422,9	420,8	421,5
МВ-5	589	594	594	591
ПП-2	391*	393*	393*	395
МП-5	592	594	594	594

* - Рекорды, принадлежащие советским и российским спортсменам

Основными мировыми тенденциями развития пулевой стрельбы можно считать:

1. Увеличение количества стран, завоевывающих медали на международных соревнованиях
2. Активизация развития пулевой стрельбы в странах азиатского, латиноамериканского и ближневосточного регионов
3. Рост количества международных стартов, в которых спортсмены-конкуренты, принимают участие в течение года; объем соревновательной нагрузки выше примерно на 30% по сравнению с российскими спортсменами;
4. Увеличение объёмов тренировочной стрелковой и специальной физической нагрузки (количество выстрелов/час/тренировка/тренировочный день);
5. Индивидуальный подход к программе тренировок у большинства спортсменов - лидеров с увеличением централизованной подготовки совместно со спортсменами из других стран;
6. Равный доступ большинства стран, развивающих пулевую стрельбу, к высококласному оружию, патронам, мишенному оборудованию и т.д., что исключает возможность преимущества какой-либо одной страны в технической оснащённости.
7. Изменение правил соревнований увеличивает психологическую нагрузку на спортсменов и мотивирует на продолжение борьбы в финалах.

Выход в финал с результатом на уровне рекорда мира в квалификации не является гарантией призового места.

Перспективы спортивной сборной команды России

Спортсмены сборной команды России могут конкурировать с мировыми лидерами, учитывая мировые тенденции развития пулевой стрельбы:

1. Увеличение количества выездов на централизованные тренировочные мероприятия и международные соревнования, как у основного, так и у резервного состава;
2. Возможность централизованной подготовки в осенне-зимний период за рубежом, с целью проведения тренировок с малокалиберным оружием в открытых тирах;
3. Положительная динамика финансирования потребностей по специальной экипировке членам спортивной сборной команды Российской Федерации и материально-техническое обеспечение по пулевой стрельбе;
5. Рост нормативов финансирования централизованной подготовки;

Основные (предполагаемые) соперники на Играх – 2020

С учетом достижений спортсменов ведущих стрелковых стран в прошедшем Олимпийском цикле можно спрогнозировать, что основные соперники могут иметь следующие итоговые результаты на XXXII Олимпийских играх 2020 года в Токио.

Таблица 17

Страна	Предполагаемые достижения (медали, места)				
	золотые	серебряные	бронзовые	всего	место
Китай	2 – 4	1 – 3	1 – 3	5 – 8	1 – 3
Германия	1 – 2	1 – 2	1 – 2	3 – 6	1 – 4
Южная Корея	1 – 2	1 – 2	1 – 2	2 – 4	1 – 3

Северная Корея	1 – 2	1 – 2	1 – 2	2 – 4	2 – 4
Италия	1 – 2	1 – 2	1 – 2	2 – 4	2 – 4
Россия	1 – 2	1 – 2	1 – 2	3 – 6	2 – 4
США	1 – 2	1 – 2	1 – 2	2 – 4	2 – 4
Сербия	0 – 1	0 – 1	0 – 1	1 – 3	3 – 5
Индия	0 – 1	0 – 1	0 – 1	1 – 3	3 – 5
Украина	0 – 1	0 – 1	0 – 1	1 – 3	3 – 5
Чехия	0 – 1	0 – 1	0 – 1	1 – 3	3 – 5
Япония	0 – 1	0 – 1	0 – 1	1 – 3	3 – 5

Сведения о странах, с которыми осуществляется международное сотрудничество, наличии представителей Стрелкового Союза России в руководящих органах Международной Федерации Спортивной Стрельбы, спортивных судьях, допущенных и привлекаемых Международной Федерацией Спортивной Стрельбы к спортивному судейству международных соревнований

Международное сотрудничество осуществляется со всеми странами, где проходят стрелковые спортивные мероприятия. Федерация взаимодействует со странами – членами Европейской Стрелковой Конфедерации (57 стран), странами-членами Международной Федерации Спортивной Стрельбы. Сборная команда и Стрелковый Союз России активно взаимодействуют с Германией, Швейцарией, Великобританией, Израилем, Кипром, Черногорией и т.д.

Представительство ССР в Европейской Стрелковой Конфедерации и Международной Федерации Спортивной Стрельбы

Президент ССР В.С. Лисин является:

- Президентом Европейской Стрелковой Конфедерации
- Вице-президентом международной Федерации Спортивной Стрельбы

Ратнер А.Б. - генеральным секретарём Европейской Стрелковой Конфедерации, является членом административного совета международной Федерации Спортивной Стрельбы.

Главный тренер сборной команды России по пулевой стрельбе Голдобина Т.В. – член Комиссии тренеров Международной Федерации Спортивной Стрельбы.

Спортсмен Мосин В. (стендовая стрельба) является председателем атлетов Европейской Стрелковой Конфедерации.

Спортивные судьи, допущенные и привлекаемые Международной Федерацией
Спортивной Стрельбы к судейству международных соревнований

Таблица 18

№	Фамилия И.О.	Судейская категория	Универсиада г. Казань 2013 г.	Чемпионат Европы г. Москва 2014 г.	Чемпионат Европы Голландия 2015 г.	Ie Европейские игры Баку 2015 г.	Кубок Мира Баку 2016 г.
1	Гоманов В.А.	МК	x	x			x
2	Горожанкин В.В.	МК	x	x			
3	Егрицин А.С.	МК	x	x			
4	Кужлева И.И.	МК	x	x		x	
5	Набиев И.Г.	МК	x	x		x	x
6	Пуцыкович Д.В.	МК	x	x			
7	Чебаевский В.П.	МК	x	x			
8	Травин В.А.	МК	x	x			
9	Гусев В.А.	МК	x	x			
10	Ситников А.М.	МК	x	x			
11	Коновалов М.М.	МК	x	x			
12	Кудрина Н.И.	МК	x	x			
13	Петров С.В.	МК	x	x			
14	Золотухин В.В.	МК	x	x			
15	Мельников В.А.	МК	x	x			
16	Мельникова М.Н.	МК	x	x			
17	Морозов И.А.	МК	x	x			
18	Гусев А.В.	МК	x	x			
19	Шапран М.С.	МК	x	x			
20	Акишев А.	МК	x	x			
21	Алейникова А.	МК	x	x			
22	Басайчук О.	МК	x	x			x

23	Чернобровкина О.	МК	x	x			
24	Федянин А.	МК	x	x			
25	Калганов П.Г.	МК	x	x			
26	Каменский И.	МК	x	x			
27	Кораблев А.	МК	x	x			
28	Королева Н.	МК	x	x			
29	Коваленко С.	МК	x	x	x		
30	Коваленко Т.	МК	x	x			x
31	Лутай О.И.	МК	x	x			x
32	Пименов Г.Г.	МК	x	x		x	x
33	Пронина И.Н.	МК	x	x			
34	Рязанов В.	МК	x	x			
35	Савкина Н.Е.	МК	x	x			
36	Селезнев О.	МК	x	x			
37	Соколова Л.	МК	x	x			
38	Соломкина Е.	МК	x	x			
39	Сорокина Н.	МК	x	x			
40	Суслов В.Г.	МК	x	x			
41	Царева С.	МК	x	x			
42	Удалова А.	МК	x	x			

Анализ выступления юниорской, юношеской сборной команды России в Первенствах мира и Европы, Летних Юношеских Олимпийских Играх, Юношеской Лиге Европы в Олимпийском цикле 2013-2020 годов

Таблица 19

2013 год				
Первенство Европы	золото	серебро	бронза	Всего медалей
все дисциплины	8	9	8	25
олимпийские дисциплины	1	3	0	4

Общее место сборной команды Олимпийские дисциплины	3
Юношеская лига Европы (командные соревнования)	Занятое место
Винтовочная команда	1
Пистолетная команда	4

Таблица 20

2014 год				
Первенство Европы (пневматическое оружие)	золото	серебро	бронза	Всего медалей
все дисциплины	1	5	3	9
олимпийские дисциплины	0	1	1	2
Общее место сборной команды Олимпийские дисциплины	5			
Первенство Мира МК	золото	серебро	бронза	Всего медалей
все дисциплины	2	6	8	16
олимпийские дисциплины	2	2	1	5
Общее место сборной команды Олимпийские дисциплины	2			
Юношеская лига Европы (командные соревнования)	Занятое место			
Винтовочная команда	1			
Пистолетная команда	1			
Летние Юношеские Олимпийские Игры	золото	серебро	бронза	Всего медалей
Пистолет	0	1	0	1
Винтовка	0	0	0	0

Таблица 21

2015 год				
Первенство Европы	золото	серебро	бронза	Всего медалей
все дисциплины	17	9	9	35
олимпийские дисциплины	5	2	2	9
Общее место сборной команды Олимпийские дисциплины	1			

Таблица 22

2016 год				
Первенство Европы	золото	серебро	бронза	Всего медалей
все дисциплины	10	13	8	31

олимпийские дисциплины	2	1	1	4
Общее место сборной команды Олимпийские дисциплины	2			
Юношеская лига Европы (командные соревнования)	Занятое место			
Винтовочная команда	2			

Анализ состояния подготовки спортивного резерва для спортивной сборной команды Российской Федерации (юниоры, юниорки, юноши, девушки) показывает динамику улучшения результатов. Уровень результатов Российских спортсменов позволяет завоевывать медали любого достоинства. Всё чаще спортсмены юниорского состава стали бороться за медали с основным составом сборной команды на Чемпионатах и Кубках России, входить в основной состав сборной команды на официальные международные старты.

Благодаря правильной подготовке юниорского и юношеского составов сборной команды, в состав Олимпийской команды вошли спортсмены, прошедшие подготовку в команде в период 2012-2015г.г., которые завоевали призовые места на Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.

Особо стоит обратить внимание на группу спортсменов, выпадающую из системы подготовки, поскольку уже не могут по возрасту быть включены в юношескую сборную, а по уровню результатов еще не конкурируют со спортсменами основного состава. Необходимо увеличение состава кандидатов в сборную команду, чтобы иметь возможность выбрать талантливых спортсменов, которые в будущем будут конкурировать на мировом уровне.

II. ПЛАН – ПРОГНОЗ ВЫСТУПЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ 2020 ГОДА

Прогноз динамики выступления спортсменов резервного состава (юниоры, юниорки, юноши, девушки) спортивной сборной команды России по пулевой стрельбе

Молодёжная команда сможет бороться на равных с ведущими сборными командами мира при условии сохранения достаточного финансирования ТМ и МС по линии Министерства спорта и Стрелкового Союза России, исходя из положительной динамики выступления в прошедший Олимпийский цикл, попадания спортсменов юниорского состава в Олимпийскую команду и отсутствия серьезных провалов в выступлениях на международных соревнованиях.

Таблица 23

Соревнования	Диапазон занятых призовых мест по годам (золото-серебро-бронза)			
	2017	2018	2019	2020
Первенство Мира	0 – 1 – 1	1 – 1 – 1		
Первенство Европы	1 – 0 – 1	1 – 1 – 0	1 – 1 – 1	1 – 1 – 2
Юношеские		1 – 1 – 0		

Олимпийские Игры (2000-2003 гр.) (при условии завоеваний лицензий)				
Юношеская Лига Европы (до 18 лет)	Винтовочная команда – 1 место Пистолетная команда – 2 место	Винтовочная команда – 1 место Пистолетная команда – 1 место	Винтовочная команда – 2 место Пистолетная команда – 2 место	Винтовочная команда – 1 место Пистолетная команда – 1 место

План-прогноз ежегодных результатов выступления спортивной сборной команды Российской Федерации (мужчины, женщины) на чемпионатах Мира и Европы, иных международных спортивных соревнованиях, проводимых среди мужчин и женщин

Таблица 24

Год	Спортивное мероприятие	Результаты			Всего медалей/занятое место
		Золото	Серебро	Бронза	
2017	Чемпионат Европы	1	1	1	3/2
2018	Чемпионат Мира	1	2	1	4/3
	Чемпионат Европы	-	1	1	2/3
2019	Чемпионат Европы	2	1	1	4/2
	Европейские игры	2	1	1	5/1
2020	Чемпионат Европы	2	-	1	3/1-2

План-прогноз выступления спортивной сборной команды Российской Федерации на Олимпийских играх 2020 года

Таблица 25

Результаты			
Золото	Серебро	Бронза	Всего медалей/занятое место
1	2	1	4/3

С большой вероятностью мы можем прогнозировать выход в финал от одного до двух спортсменов во всех упражнениях.

В новом Олимпийском цикле ожидается очередное изменение правил финальных соревнований, и исключение двух дисциплин, с заменой их на командные старты. В связи с введением, новых правил, успешность спортсменов будет зависеть от того, кто быстрее к

ним адаптируется, что, в свою очередь, зависит от качества и количества тренировочного и соревновательного процессов.

Ожидается появление в олимпийской команде спортсменов-юниоров 2012-2016г.г. Выступление на Олимпийских Играх в 2016г., показывает, что спортсмен-юниор (Бацарашкина Виталина) или при выходе из юниорского состава, спортсмен уже через два года может попасть в Олимпийский состав (Масленников Владимир) и завоевать Олимпийские медали.

Так как Олимпийские Игры будут проходить в Японии, ожидается рост результатов японских спортсменов, которые вновь начали появляться в финалах многих упражнений. А также спортсмены Китая и Кореи, которые находятся в непосредственной близости к месту проведения Олимпийских Игр.

Уточненный медальный план выступления на Олимпиаде 2020 г. можно будет прогнозировать на 3-м году подготовки (2019 год).

III. Основы подготовки сильнейших российских спортсменов в Олимпийском цикле 2017-2020г.г.

Сведения об использовании передовых методик в системе подготовки спортивной сборной команды

Сборная команда России в системе подготовки использует передовые методики подготовки, используемые спортсменами-конкурентами за рубежом. В частности:

- заложение базы физической подготовленности спортсмена

Проведение ТМ по физической подготовке в начале сезона и дальнейшее поддержание физической формы в течение сезона на ТМ под руководством КНГ.

- чередование общефизической подготовки со стрелковой

На тренировочных мероприятиях наряду со специальной подготовкой проводятся тренировки по ОФП с профессиональными фитнес тренерами.

- психологическая подготовка

Проводится как индивидуальная, так и групповая работа с психологом.

- изучение физиологических особенностей организма с учетом специфики вида спорта

- чередование высокой тренировочной нагрузки и программ восстановления

- постоянный мониторинг функционального и физического состояния спортсменов под руководством и контролем КНГ, включая биохимический анализ крови, включающий параметры, показывающие уровень тренированности спортсменов, состояние усталости и иные показатели, определяющие дальнейший тренировочный процесс.

- организация режима питания спортсменов с учётом режимов тренировок и соревновательной деятельности с целью выстраивания оптимальной схемы для дальнейшего использования в период ОИ.

- постоянный мониторинг здоровья спортсменов, проведение своевременного лечения, контроль над приёмом фармакологии, включая витамины и БАДы.

- увеличение объёма специальной и соревновательной нагрузки

- поддержание спортивной формы вне зависимости от сезона с использованием спортивных баз в соответствующих климатических зонах (круглогодичная подготовка в дисциплинах с малокалиберным оружием)
 - централизованная подготовка с приглашением зарубежных ведущих тренеров
 - использование электронных стрелковых тренажеров СКАТТ
- При работе с электронным тренажёром возникает эффект обратной связи, когда стрелок может выявить свои ошибки, допущенные в момент прицеливания и в момент выстрела.
- индивидуальный подбор патронов и оружия у производителей.

Модельные характеристики соревновательной деятельности

- физическая выносливость
- психологическая устойчивость в стрессовой ситуации
- вариативность техники выполнения выстрела
- умение выбирать правильную тактику в различных режимах работы, во время выполнения упражнения, финала
- предельная концентрация при выполнении поставленных задач.

Примерный диапазон результатов по упражнениям и годам в Олимпийский цикл - в таблице 24. Достижение этих результатов российскими стрелками возможно, если в условиях международных соревнований, где участвуют спортсмены-конкуренты, их результаты будут соответствовать прогнозируемому уровню выхода в финал на Олимпийских Играх. Таким образом, основным критерием готовности спортсменов к участию в Олимпиаде будут стабильные результаты, показываемые в течение всего цикла на международных соревнованиях, кубках, турнирах и т.д. В этом аспекте в связи с низким уровнем конкуренции Чемпионаты России потеряли свою значимость. И выполняют лишь функцию отборочных стартов.

Этапные модельные характеристики специальной подготовленности

В связи с обнулением результатов квалификации необходимо, прежде всего, определить уровень оптимальных результатов, позволяющих выходить в финал, но при этом сохраняющих усилия спортсмена для эффективного выступления в финале. Слишком высокий уровень результатов в квалификации при изменившихся правилах не является гарантом призовых мест в финале.

Ориентировочный уровень результатов для попадания в финалы представлен в табл.24. С изменением проведения финалов (увеличение количества выстрелов, введение финала стрельбы с трёх положений), уровень специальной физической готовности должен обеспечивать выполнение всего стрелкового упражнения в условиях соревнований (2-х – 4-х часов) и участия спортсмена в финале, без существенных ухудшений технических навыков. В упражнении по стрельбе из трёх положений, это практически выполнение ещё одного упражнения в режиме финала (до 45 выстрелов). В пневматических упражнениях это до 25 выстрелов.

В каждом стрелковом упражнении уровень мастерства оценивается спортивным результатом (количеством набранных очков). Для завоевания медалей на Олимпиаде – 2020 спортсмен в сезонах 2019 – 2020 гг. должен на международных соревнованиях 2 – 3 раза показать прогнозируемый результат победителя или призера предстоящей Олимпиады.

В течение многих лет делались попытки разработок модельных характеристик стрелка – олимпийца, характеризующих степень развития специальных технических навыков. В настоящее время лишь 2 – 3 параметра кроме технического результата могут считаться

модельными характеристиками, связанными с уровнем мастерства стрелка. В медленных стрельбах в тренировочном процессе используется передовая методика в системе подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации, а именно показатель устойчивости оружия в процессе прицеливания и показатель пространственно-временной координации стрелка при выполнении выстрела, которые можно определить с помощью электронного стрелкового тренажёра СКАТТ:

Таблица 26

Устойчивость оружия в зоне 10,5 при прицеливании за 1 секунду до выстрела (% по “СКАТТ”)				
ПП - 2; ПП - 3	80	85	88	92
МП – 5 (неподвижная мишень)	80	84	88	90
МП - 6	80	82	85	88
МВ -5,6 (стоя)	85	87	90	94
ВП - 4; ВП – 6	95	97	98	99
МВ – 9	95	97	98	99

Длина траектории прицеливания за 1 секунду до выстрела (мм по “СКАТТ”)				
ПП - 2; ПП - 3; МП - 6; МП - 5 (на 10м)	90	80	70	60
ВП - 4; ВП – 6	12	11	10	8
МВ - 5,6 (стоя)	56	52	48	47
МВ - 5,6 (с колена)	48	43	40	38
МВ - 9; МВ - 5,6 (лежа)	36	32	30	24

Примечание: показатели устойчивости могут быть скорректированы по мере интенсивного использования тренажера “СКАТТ”. Указанные характеристики могут использоваться для оценки степени технической подготовленности спортсменов.

Основные этапы спортивной подготовки

В соответствии с календарями Европейской Стрелковой Конфедерации и Международной Федерации Спортивной Стрельбы, в Европе в феврале - марте ежегодно проводится Чемпионат Европы по стрельбе из пневматического оружия, а в марте (апреле) - октябре Чемпионаты мира, Кубки мира, Чемпионаты Европы по стрельбе из малокалиберного оружия. Помимо этих ключевых соревнований в течение года постоянно проводится большое количество открытых конкурентных соревнований в различных странах, где наше участие пока что минимально. В связи с чем, безусловно, необходимо вносить изменения в Единый календарный план российской сборной, увеличивая соревновательную нагрузку именно за счет таких международных стартов.

В годовом цикле подготовки можно выделить период восстановления месяцы сентябрь-октябрь и соревновательно-тренировочного периода - 10 месяцев, который можно условно разделить на 2 цикла: осеннее-весенний – с ноября по март (1-й цикл) и весенне-летний - с марта по сентябрь (2-й цикл).

1-й цикл подготовки: проведение базового ТМ по ОФП, проведение ТМ по специальной подготовке в странах с соответствующими климатическими условиями, позволяющими тренироваться на открытом воздухе и не ограничиваться закрытыми тирами.

2-й цикл подготовки: предполагает увеличение стартов и подготовки на открытом воздухе (только финальная стрельба во время соревнований возможна в закрытых тирах).

Особое внимание следует уделить общефизической подготовке, а также режиму тестирования состояния спортсменов:

Динамика соревновательных нагрузок.

Таблица 27

Показатели	2017	2018	2019	2020 (до ОИ)
Количество российских соревнований	4-5	4-6	5-7	3-4
Количество международных Соревнований	6-8	8-10	10-12	4-5

Планирование спортивной тренировки по годам в олимпийском цикле 2017 - 2020 гг.

Таблица 28

Год	Месяцы												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
2017	Летний период												
2018	Летний период												
2019	Летний период												
2020	Летний период												

Примечание:

	Олимпийские игры		Заключительный УТС
	Осенне-зимний период		Восстановительные периоды
	Летний период		

Динамика тренировочных нагрузок в олимпийском цикле

Таблица 29

Показатели	2017	2018	2019	2020*
Число тренировочных дней	180-210	200-230	220-240	150-170
Число дней централизованной подготовки	120-150	130-160	140-160	100-120
Число тренировочных занятий	255	325	360	210
*Количество часов тренировочной работы	720-900	780-960	840-960	600-720
Доля специальной подготовки в общем количестве (%)	70	75	77	80
**Общий объем тренировочной работы (минимальное количество выстрелов)	20000	22000	23000	19000
Тренировка на тренажере "СКАТТ" (%)	до 50	до 40	до 30	до 25

Примечание: в 2020 г. показатели до начала ОИ

* Не учитывается индивидуальная подготовка, болезни, отказы от участия в сборах

**Не учитывает работу вхолостую, на электронном тренажере СКАТТ, специфику дисциплин, без учета новых правил (время на выстрел уменьшилось), посчитано, исходя из среднего расхода на 1 члена сборной страны. Возможно колебание от 15 до 50 тысяч патронов в год на 1 спортсмена.

Сведения о субъектах РФ, специализирующихся на подготовке
спортсменов высокого класса

Базовым видом спорта пулевая стрельба признана в 26 регионах.

Таблица 30

1	Свердловская область
2	г. Москва
3	Удмуртская Республика
4	Липецкая область
5	Белгородская обл.
6	Орловская область
7	Хабаровский край
8	Краснодарский край
9	Омская область
10	Ростовская область
11	Самарская область
12	Республика Адыгея
13	Архангельская область
14	Костромская область
15	Московская область
16	Вологодская область
17	Ямало-Ненецкий автономный округ
18	Республика Бурятия
19	Иркутская область
20	Кемеровская область
21	Новосибирская область
22	Республика Саха (Якутия)
23	Республика Крым
24	Воронежская область
25	Оренбургская область
26	Алтайский край

Планируемая система спортивных соревнований, направленная на подготовку спортивной
сборной команды, включая международные спортивные соревнования, проводимые на
территории Российской Федерации

Год	Месяцы											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
2017	МС	ЧРП/Л	ЧЕП КМ МС	ЧРМ/к	МС КМ КР	КМ КР ЧРМ/Л	ЧЕМ		ЧРП/к	ФКМ	МС	КРП МС
2018	МС	ЧРП/Л	ЧЕП КМ МС	КМ ЧРМ/к	КМ МС	КР КР	ЧРМ/Л		ЧМ ЧР П/к	ФКМ	МС	КРП МС
2019	МС	ЧР П/Л ЧЕ П	КМ МС	КМ ЧР М/к	МС КМ КР	КМ ЧРМ/Л	ЧЕ		ЧР П/к	ФКМ	МС	КРП МС
2020	МС	ЧР П/Л	ЧЕ П	КМ ЧР М/к	КМ КМ	КМ КР	ЧРМ/Л ОИ	ОИ	ЧРП/к	ФКМ	МС	КРП МС

В таблице представлены только рейтинговые соревнования, необходимые для квалификации и лицензий. Не учтены соревнования для увеличения соревновательной нагрузки и набора формы.

Планирование спортивной тренировки в Олимпийском цикле
в условиях централизованной подготовки

По специальной (стрелковой) подготовке, в осенне-зимний период планируется провести не менее четырех тренировочных мероприятий сборной команды России, для всех составов на базах в странах с благоприятными климатическими условиями, такими как Израиль, Кипр, Катар и т.п., где возможно использование полуоткрытых тиров.

В весенне-летний период – проведение централизованных сборов на базах на территории РФ в соответствии с Единым календарным планом.

В начале осеннего периода (сентябрь-октябрь) провести базовый сбор по ОФП в странах с благоприятными климатическими условиями (на море), с дальнейшим поддержанием физической формы в течение сезона.

IV. Отбор спортсменов и формирование спортивной сборной команды Российской Федерации по пулевой стрельбе.

В основу всех критериев отбора кандидатов, как списочный состав сборной команды России, так и состав сборной команды России по пулевой стрельбе участвующей в официальных международных соревнованиях заложен спортивный принцип.

Критерии (система) отбора по олимпийским упражнениям на крупные международные соревнования (Чемпионаты и Первенства мира, Европы, Кубки мира, Олимпийские Игры) разрабатывается главным и старшими тренерами сборной команды России по пулевой стрельбе (тренерским советом), утверждаются Исполкомом Стрелкового Союза России. В течение Олимпийского цикла критерии могут при необходимости корректироваться и публично оглашаться (сайт ССР).

Принципы и критерии формирования спортивной сборной команды российской федерации для участия в тренировочных мероприятиях.

На тренировочные мероприятия сборной команды России привлекаются спортсмены, результаты которых соответствуют группам А и В критериев формирования групп сборной команды основного состава, утверждаемые ежегодно Исполнительным комитетом Стрелкового Союза России.

Критерии формирования групп в приложении.

Критерии отбора спортсменов - кандидатов в списочный состав сборной команды России по пулевой стрельбе

Стрелковый Союз России ежегодно формирует списки спортсменов – кандидатов в списочный состав сборной команды России на очередной спортивный сезон и представляет их для утверждения в Министерстве спорта России. Списки формируются в соответствии с критериями, определенными приказом Минспорттуризма России от 02.02.2009 №21 в редакции приказа Минспорттуризма России от 15.01.2010 №11:

- Общий количественный списочный состав кандидатов в сборную команду России (мужчин, женщин, юниоров, юношей) с учётом резервного, юниорского и юношеского состава: 3 заявочных состава сборной команды на Чемпионат Мира, Чемпионат Европы, Первенство Мира, Первенство Европы;
- Списочный состав спортсменов-кандидатов в состав сборной команды России по пулевой стрельбе на очередной спортивный сезон комплектуется по итогам выступления спортсменов в Чемпионатах и Первенствах России, Чемпионатах и Первенствах Европы, Европейских Игр, Этапов и финалов Кубка Мира, юниорских Кубков Мира, Чемпионатов и Первенств мира, юношеских Олимпийских Игр, Олимпийских Игр в текущем году и предшествующем году;
- В списочный состав кандидатов в сборную команду России на очередной сезон включаются спортсмены занявшие следующие места:

* 1-8 место на Олимпийских игр в последние 3 года;

* 1-8 место на Чемпионата мира в последние 2 года;

- * 1-6 место на Чемпионатах Европы;
 - * 1-6 место на Европейских Играх;
 - * 1-6 место на этапах и финале Кубка мира;
 - * 1 место на международных соревнованиях, включенных в ЕКП;
 - * 1-5 место на Чемпионате России;
 - * 1-3 место на Кубке России;
 - * 1-3 место на Первенстве мира среди юниоров;
 - * 1-6 место на юниорских Кубках Мира;
 - * 1 место на Первенстве Европы среди юниоров;
 - * 1-6 место на Первенстве России среди юниоров;
 - * 1-8 место на Юношеских Олимпийских Играх;
 - * 1-3 место на Первенстве России среди юношей;
 - * 1-6 место на Всероссийских соревнованиях, среди юниоров, включенных в ЕКП;
 - * 1-3 место на Всероссийских соревнованиях, среди юношей, включенных в ЕКП;
 - * 1-3 место на Спартакиаде молодёжи, школьников
 - * Спортсмены группы В основного состава, согласно ежегодно утверждённым Исполнительным комитетом Стрелкового Союза России критериям формирования групп сборной команды
- Существует необходимость расширения списков кандидатов сборной команды России, чтобы не потерять спортсменов, которые выходят из юниорского состава и не могут сразу войти в основной или резервный состав, спортсменов студенческого возраста (до 27 лет).

Принципы и критерии формирования составов сборных команд РФ для централизованной подготовки

Состав сборной спортивной команды Российской Федерации для централизованной подготовки на тренировочных мероприятиях формируется из списочного состава спортивной сборной команды Российской Федерации по пулевой стрельбе, в соответствии с Положением о системе отбора на централизованные сборы, ежегодно утверждаемым Исполкомом ССР по представлению главного тренера.

Принципы и критерии формирования составов спортивных сборных команд Российской Федерации на участие в официальных международных соревнованиях

В приложении

V. Научно-методическое, медико-биологическое, медицинское и антидопинговое обеспечение спортивной сборной команды Российской Федерации по пулевой стрельбе

Научно-методическое обеспечение проводится аналитиками ФГБУ ЦСП, а также сотрудниками ФГБУ ФНЦ ВНИИФК. Для продолжения работы выстроенной структуры необходимо сохранить количественный кадровый состав сотрудников КНГ.

Научно-методическое обеспечение проводится аналитиками ФГБУ ЦСП, а также сотрудниками ФГБУ ФНЦ ВНИИФК. Для продолжения работы выстроенной структуры необходимо сохранить количественный кадровый состав сотрудников КНГ.

В сезоне 2015-2016 при подготовке к ОИ-2016 в соответствии с Календарным планом и программами НМО было проведено 1 внеплановое первичное этапное комплексное обследование, плановые : 1 этапное комплексное обследование, 4 текущих обследования; 1 обследование соревновательной деятельности, всего проведено 107 человеко- обследований. Параллельно и в комплексе с указанными данными использовались данные биохимических обследований, что обеспечивало выявление состояний острой и хронической перетренированности спортсменов, позволяло врачу команды корректировать программу индивидуального фармакологического обеспечения, тренерам - корректировать индивидуальные программы тренировочной подготовки.

Результаты обследований с аналитическим представлением текущих и динамических, индивидуальных и сводных данных, рекомендаций по коррекции планирования подготовки обсуждались и согласовывались с тренерским штабом, в виде отчетов предоставлялись ФГУ «ЦСП» и руководству Стрелкового Союза России.

В результате проведения первого ЭКО (март 2016г. в соревновательном периоде подготовки был выявлен низкий уровень физической подготовленности спортсменов сборной команды РФ по пулевой стрельбе, лимитирующий спортивную результативную реализацию: низкое функциональное состояние лимитировалось низкими резервами и высокой напряженностью сердечно-сосудистой системы, низким пульсовым артериальным давлением, низкими возможностями задерживать дыхание при стрельбе, повышенной для стрелков скоростью колебания центра давления, недостаточным уровнем качества функции равновесия, высокой частотой отклонения от нормы в состоянии зрительного анализатора, низким уровнем развития мышечной массы, высоким уровнем жировой массы. Рекомендовано: коррекция планирования подготовки с учетом повышения доли ОФП за счет аэробной циклической и силовой подготовки после участия в тестовых соревнованиях в апреле; коррекционные меры по оптимизации состояния зрительного анализатора.

Анализ компонентов специальной подготовленности (ОСД) в условиях проведения тестовых соревнований в Бразилии, оцениваемой по компонентам соревновательной деятельности (апрель, 2016) выявил наряду с завоеванием 2 золотых (Климов, Каменский), 2 серебряных (Маслеников, Вдовина) и 1 бронзовой (Каменский) медалей основные недочеты в выполнении соревновательного упражнения в 20 случаях из 25 : сниженная центральность попаданий (7,5-9,9), несоответствие модельному времени выстрела, снижение стабильности техники и тактики, ритма выстрелов по мере утомления. Рекомендовано: повышение общей и специальной выносливости за счет аэробной работы и специальной силовой работы; специальная скоростная работа с оружием; использовать спарринги на тренировках, в режиме скоростной стрельбы, что моделирует условия соревновательной деятельности. Уделить внимание временным параметрам стрельбы в пределах индивидуальных норм.

В целях индивидуальной оптимизации выполнения рекомендованной аэробной работы в мае было проведено функциональное тестирование, которое позволило определить индивидуальные пульсовые зоны интенсивности нагрузки. Текущая оценка компонентов функциональной подготовленности в мае-июне 2017г. показала повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы, достижение высоких возможностей задержки

дыхания, оптимизацию баланса вклада зрительного анализатора и проприоцепции в повышение ортостатической устойчивости; оптимизацию мышечного метаболизма и возможностей энергообеспечения, улучшение функционального состояния зрительного анализатора. Рекомендовано: коррекция индивидуального планирования подготовки за счет оптимизации интенсивности и объема тренировочной нагрузки и соотношения средств ОФП и СП с учетом показателей биохимического контроля.

При планировании тренировочного процесса на заключительном этапе подготовки перед Олимпийскими играми особое внимание уделено подбору тренировочных нагрузок в ОФП, корректировке восстановительных программ, а так же количеству выстрелов на тренировках в соответствии с планируемым спортивным результатом. По уровню спортивной подготовленности на ЗЭП спортсмены вышли на индивидуально оптимальный уровень функционального состояния.

Общие и специфические показатели ОСД,ТО, ЭКО

ОСД.

Показатели специальной подготовленности:

- занятое место;
- количество набранных очков;
- центральность выстрела;
- время выстрела;
- количество попаданий в «10»;
- техника выстрела;
- тактика стрельбы;
- ритм стрельбы.

ТО.

Общие показатели - показатели функциональной подготовленности:

- функциональное состояние сердечно-сосудистой системы (ЧСС, АД, ПАД, в покое, в ортопробе, в тесте Руфье: возможности, напряженность и резервы);
- функциональные возможности дыхательной системы (ЖЕЛ, экскурсия грудной клетки, задержка дыхания в пробе Генчи);
- состояние зрения;
- развитие лабильных компонентов массы тела.

Специальные показатели:

- центральность выстрела;
- время выстрела;
- количество попаданий в «10»;
- ритм стрельбы;

- ортостатическая устойчивость в пробе Ромберга: скорость и площадь колебания общего центра давления, качество функции равновесия, коэффициент Ромберга.

ЭКО.

Общие показатели - показатели функциональной подготовленности:

- функциональное состояние сердечно-сосудистой системы (ЧСС, АД, ПАД, в покое, в ортопробе, в тесте Руфье: возможности, напряженность и резервы);

- функциональные возможности дыхательной системы (ЖЕЛ, экскурсия грудной клетки, задержка дыхания в пробе Генчи);

- состояние зрения;

- развитие лабильных компонентов массы тела;

- пульсовые зоны интенсивности нагрузки, определяемые в тесте со ступенчато возрастающей нагрузкой;

- скоростно-силовые возможности отдельных групп мышц.

Специальные показатели:

- ортостатическая устойчивость в пробе Ромберга: скорость и площадь колебания общего центра давления, качество функции равновесия, коэффициент Ромберга.

- прогноз динамики состояния спортсменов сборной команды Российской Федерации в период подготовки к предстоящим Олимпийским Играм (по этапам годового цикла)

Динамика состояния спортсменов будет определяться объемом и интенсивностью выполняемой нагрузки

Недостатки в системе научно-методического обеспечения в Олимпийском цикле 2013 – 2016 гг.

Научно-методическое сопровождение спортивной сборной команды Российской Федерации по пулевой стрельбе системно было реализовано в 2016 году, что внесло коррективы в этапы спортивной подготовки на заключительном этапе к XXXI Олимпийским играм в Рио-де-Жанейро. Успешность работы стала результатом скоординированных действий специалистов комплексной научной группы ФГБУ ФНЦ ВНИИФК, администрации и тренерского состава Стрелкового союза России, Центра спортивной подготовки Минспорта России, Научного центра «ЭФиС», представителей ФМБА России и результатов исследований, выполненных по заказу и при непосредственном участии Общероссийского союза общественных объединений «Олимпийский комитет России».

Настоящее время считается по праву временем технологических прорывов и инноваций. Именно поэтому при наличии объективной возможности правомерно говорить о целесообразности дооснащении ФГБУ ФНЦ ВНИИФК или непосредственно базы, на которых проводятся основные объемы учебно-тренировочных мероприятий, современным

оборудованием, оценивающим функциональный резерв органов и систем, физические качества спортсменов-стрелков, а также отдельные характеристики специальной подготовки.

Кроме того, отдельно должна быть проведена работа по подбору психофизиологических тестов и программно-аппаратных комплексов для когнитивных исследований.

Основные задачи системы научно-методического обеспечения:

- Этапные комплексные обследования (ЭКО) ставят целью определение разных сторон подготовленности (в том числе функциональной с учетом состояния здоровья) на основе использования специальных тестов и сопоставления их с выполненными нагрузками, с выдачей рекомендаций по корректировке тренировочного процесса. ЭКО проводится 3-4 раза в год на основных этапах подготовки, как правило, в процессе учебно-тренировочных сборов.

- Текущие обследования (ТО) ставят целью проведение оперативного контроля за функциональным состоянием спортсменов и переносимостью нагрузок для индивидуализации и повышения эффективности тренировочного процесса.

- Обследование соревновательной деятельности (ОСД) направлено на выявление основных причин, препятствующих достижению максимального спортивного результата.

Результаты углубленного медицинского обследования (УМО), ЭКО, ТО и ОСД используются для целевого персонализированного планирования подготовки спортсменов сборной команды по пулевой стрельбе к ответственным соревнованиям с целью управления тренировочным процессом и соревновательной деятельностью, а также используется для составления модельных характеристик.

Основные методологические принципы диагностики состояния здоровья и функционального состояния ведущих спортсменов по пулевой стрельбе включают:

- клинический принцип диагностики целостного организма, при котором состояние здоровья и функциональное состояние – взаимосвязанные и взаимообусловленные процессы;

- принцип комплексности средств и методов диагностики с обязательным использованием тестирующих нагрузок и оценки состояния;

- принцип унификации медицинских и педагогических методических подходов (с учетом специфики вида спорта и этапа подготовки);

- принцип преемственности методов диагностики и средств тестирования на различных этапах подготовки УМО-ЭКО-ТО и ОСД.

Направленность работы:

- оценка кумулятивного эффекта и адаптационных сдвигов в организме спортсменов на каждом этапе спортивной подготовки (ЭКО) (таблица 32);

- оценка срочного тренировочного эффекта в микроструктуре тренировочного процесса (ТО) (таблица 33).

- сравнение модельных характеристик технико-тактического мастерства спортсменов и контроль реализации запланированного спортивного результата (ОСД) (таблица 34).

Программа этапного комплексного обследования (ЭКО) спортсменов сборной команды РФ по пулевой стрельбе

Таблица 32

Направленность обследования	Вид обследования (содержание работ)	Используемая методика (аппаратура)	Регистрируемые показатели
Морфологический статус	Определение антропометрических показателей Оценка осанки	Антропометр, весы, калипер, лента сантиметровая, Аппаратно-программный комплекс «ТОДП»; Подоскоп	Длина тела, масса тела; жировая масса (кг; %); мышечная масса (кг,%); Характеристики пространственного положения туловища и таза, состояния стопы
Состояние ортоустойчивости	Определение качества функции равновесия	Стабилан	Качество функции равновесия, Латеральная асимметрия
Функциональная подготовленность	Оценка уровня и резервов функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсмена	Тест Руфье; АД, ортопроба, оксиметрия, тонометрия, пульсометрия. Оценка физической работоспособности и функционального состояния основных систем энергообеспечения.	Уровень и резервы функционального состояния сердечно-сосудистой и вегетососудистой системы спортсмена. Определение состояния основных систем энергообеспечения (окислительной и лактацидной) и уровня анаэробного порога (АТ) и граничные значения зон относительной интенсивности. Определение аэробного порога и критической мощности, соответствующей МПК, характеристика транспортных возможностей

			кардиореспираторной системы в отношении газов крови.
Специальная силовая подготовленность	Общий базовый уровень физической подготовленности	Компьютерная программа тестирования базового уровня физической подготовленности	Уровень абсолютной силы и силовой выносливости.
Психологическая и психофизиологическая подготовленность	Оценка психоэмоционального состояния	Компьютерная программа психологического тестирования: ЗМР выбора, РДО - координация, тест Люшера; теппинг-тест; САН.	ЗМР выбора, РДО координация, теппинг-тест. Уровень ситуационной тревожности. Оценка самочувствия, активности, настроения. Степень психического утомления.
Состояние зрительного анализатора	Оценка оптической системы глаза	Авторефрактометрия Пневмотонометрия Биомикроофтальмоскопия Офтальмоскопия.	Острота зрения, оптическая сила глаза; внутриглазное давление, выявление нарушений или лимитирующих особенностей

Таблица 33 - Программа текущего обследования (ТО) спортсменов сборной команды РФ по пулевой стрельбе

Направленность обследования	Вид обследования (содержание работ)	Используемая методика (аппаратура)	Регистрируемые показатели
Функциональная подготовленность	Определение реакции организма на нагрузку	Программно-аппаратный комплекс тест Руфье АД, ортопроба, оксиметрия, пульсометрия.	Активность парасимпатической и симпатической нервной системы, Уровень и резервы функционального обеспечения

		Оценка физической работоспособности и функционального состояния основных систем энергообеспечения.	<p>работоспособности спортсмена.</p> <p>Определение состояния основных систем энергообеспечения (окислительной и лактаcidной) и уровня анаэробного порога (АТ) и граничные значения зон относительной интенсивности.</p> <p>Определение аэробного порога и критической мощности, соответствующей МПК, характеристика транспортных возможностей кардиореспираторной системы в отношении газов крови.</p>
Специальная силовая подготовленность	Общий базовый уровень физической подготовленности	Компьютерная программа тестирования базового уровня физической подготовленности	Уровень абсолютной силы и силовой выносливости.
Психологическая подготовленность	Оценка психоэмоционального состояния	Компьютерная программа психологического тестирования: тест Люшера; САН.	<p>Уровень ситуационной тревожности.</p> <p>Оценка самочувствия, активности, настроения.</p> <p>Степень психического</p>

			утомления
Контроль нагрузок	Контроль и анализ выполнения тренировочных нагрузок	Спорттестер, хронометрирование	Показатели выполнения тренировочной работы по основным средствам подготовки: кол-во выстрелов, ритм стрельбы, центральность попаданий
Техническая	Оценка и анализ технической подготовленности	Таймер	Время удержания оружия в изготовке; Временные параметры выстрела

Таблица 34 - Программа обследования соревновательной деятельности (ОСД) спортсменов сборной команды РФ по пулевой стрельбе

Направленность обследования	Вид обследования (содержание работ)	Используемая методика (аппаратура)	Регистрируемые показатели
Техническая подготовленность	Оценка технической подготовленности	Видеокамера, протоколы	Результат стрельбы.
Тактическая подготовленность	Оценка тактической подготовленности	Видеокамера	Оценка поведения спортсмена на огневом рубеже

Наличие и потребность в специалистах, обеспечивающих решение задач НМО спортсменов сборной команды РФ по пулевой стрельбе

Таблица 35

№	Задачи НМО	Специалисты различного	Наличие	Потребность
---	------------	------------------------	---------	-------------

п/п		профиля		
1	Обеспечение ЭЖО	Аналитик	2	2
		Антрополог	3	3
		Педагог	3	3
		Врач	1	1
2	Обеспечение ТО, ОСД	Аналитик	2	2
		Антрополог	3	3
		Педагог	3	3
		Врач	1	1

Научно-методическое обеспечение является механизмом обратной связи между сборной командой спортсменов и тренерским составом. Обследования, проводимые в рамках НМО, предоставляют тренеру объективную информацию о состоянии функциональных систем и физической подготовленности спортсменов, а также рекомендации по коррекции планов спортивной подготовки. Тренер, основываясь на предоставленных данных, имеет возможность вносить коррективы в планирование тренировочного процесса.

Календарный план мероприятий по научно-методическому обеспечению сборной команды по пулевой стрельбе представлен в таблице 36.

Календарный план на год мероприятий по научно-методическому обеспечению сборной команды по пулевой стрельбе (обобщенная структура на 2017 год)

Таблица 36

Наименование этапа	Сроки этапа	Количество мероприятий НМО, тип, кол-во чел./обсл.	Задача этапа	Индикаторы эффективности этапа (с указанием этапных модельных характеристик)
1-й	11 – 29.01.17	1 ТО 39сп 1 ТОБХ 39сп	1.Повышение физической подготовленности: <ul style="list-style-type: none"> • Повышение общей выносливости • Оптимизация технического 	Достижение модельного уровня показателей физической подготовленности и функционального состояния, включая: <ul style="list-style-type: none"> - лабильные компоненты массы тела (мышечная масса >50%; жировая <15%);

соревновательный			<p>навыка</p> <p>2.Формирование рейтинга спортсменов с целью отбора для участия в международных соревнованиях.</p> <p>3. Участие в соревнованиях на МС:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1-8 место на МС в Мюнхене 	<p>- функциональное состояние вегетососудистой системы (динамика ЧСС в ортостатической пробе – не более 20);</p> <p>- уровень функционирования, резерв и напряженность ССС (УФ>0,8; ФР>13; ФН< 4);</p> <p>- механизмы формирования ортоустойчивости (КФР>92%);</p> <p>- возможности дыхательной системы (проба Генчи>40сек.);</p> <p>- направленность клеточного метаболизма.</p>
	22.02-12.03.17	<p>1 ЭКО 25сп</p> <p>1 ЭКОБХ 25сп</p> <p>1ТОБХ 25сп</p> <p>1ОСД 25сп</p>	<p>1.Участие в Чемпионате Европы по пневматике:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выход в финал 4-8 место • Взятие призовых мест <p>2.Получение соревновательной практики.</p>	<p>Индикаторы специальной подготовленности в контрольно-тестовых тренировках. Достижение более 95% от годовой индивидуальной модели. Техническая подготовленность. Педагогическая оценка тренера. Положительная динамика по сравнению с предыдущим годом. Результаты и техническая подготовленность при участии в Чемпионате Европы по пневматике.</p>
2-й соревновательный	16.03-24.05.17	<p>3ТОБХ 33+ 2х25сп</p> <p>1ОСД 25сп</p> <p>УМО</p>	<p>1.Внесение корректив в тренировочные планы на основании данных ОСД.</p> <p>2.Поддержание физической и функциональной подготовленности.</p> <p>3.Совершенствование технического навыка</p> <p>4. Участие на МС и КМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выход в финал 4-8 место • Взятие 	<p>Достижение модельного уровня показателей физической подготовленности и функционального состояния, включая:</p> <p>- лабильные компоненты массы тела (мышечная масса >50%; жировая <15%);</p> <p>- функциональное состояние вегетососудистой системы (динамика ЧСС в ортостатической пробе – не более 20);</p> <p>- уровень функционирования, резерв и напряженность ССС (УФ>0,8; ФР>13; ФН< 4);</p>

			призовых мест	<p>- механизмы формирования ортоустойчивости (КФР>95%);</p> <p>- возможности дыхательной системы (проба Генчи>45сек.);</p> <p>- направленность клеточного метаболизма.</p> <p>Индикаторы специальной подготовленности в контрольно-тестовых тренировках.</p> <p>Достижение более 95% от годовой индивидуальной модели. Техническая подготовленность.</p> <p>Педагогическая оценка тренера.</p> <p>Положительная динамика по сравнению с предыдущим годом.</p>
Переходный	25.05-05.06.17	Активное восстановление; работа в клубах, выполнение программ, рекомендованных тренерским штабом сборной команды.		
3-й соревновательный	06.06-04.08.17	<p>2ЭКО 25+30сп</p> <p>2ЭКОБХ 25+30сп</p> <p>2ТОБХ 25+30сп</p> <p>2ОСД 2x25сп</p>	<p>1.Внесение корректив в тренировочные планы на основании данных ОСД.</p> <p>2.Поддержание физической и функциональной подготовленности.</p> <p>3.Совершенствование технического навыка</p> <p>4. Участие на МС и ЧЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выход в финал 4-8 место • Взятие призовых мест 	<p>Достижение модельного уровня показателей физической подготовленности и функционального состояния, включая:</p> <ul style="list-style-type: none"> - лабильные компоненты массы тела (мышечная масса >50%; жировая <15%); - функциональное состояние вегетососудистой системы (динамика ЧСС в ортостатической пробе – не более 20); - уровень функционирования, резерв и напряженность ССС (УФ>0,8; ФР>13; ФН< 4); - механизмы формирования ортоустойчивости (КФР>95%); - возможности дыхательной системы (проба Генчи>45сек.); - направленность клеточного метаболизма. <p>Индикаторы специальной подготовленности в контрольно-тестовых тренировках.</p> <p>Достижение более 96% от годовой индивидуальной</p>

				модели. Техническая подготовленность. Педагогическая оценка тренера. Положительная динамика по сравнению с предыдущим годом.
Восстановительный	05.08 – 14.09.17	Восстановление и отдых		
Подготовительный	15.09 – 25.12.2017	2ЭКО 12+26сп 2ЭКОБХ 12+26сп 1ТО 12сп 2ТОБХ 12+26сп 1ОСД 8сп УМО	1.Внесение корректив в тренировочные планы на основании данных ОСД. 2.Создать необходимые предпосылки для «прочного» роста физической и специальной подготовленности в течение годового цикла. 3. Оптимизация технического навыка	Положительная динамика показателей физической подготовленности и функционального состояния: - повышение мышечной массы, снижение жировой массы; - оптимизация функционального состояния вегетососудистой системы: динамика ЧСС в ортостатической пробе – не более 20); -повышение уровня функционирования и резерва, снижение напряженности ССС(УФ>0,8; ФР>13; ФН< 4); - оптимизация механизмов формирования ортоустойчивости(КФР>93%); - повышение возможностей дыхательной системы(проба Генчи>50сек.); - оптимизация анаболического и катаболического баланса (тестостерон – кортизола) - возможности дыхательной системы - направленность клеточного метаболизма.

Основными критериями эффективности системы научно-методического обеспечения являются (таблица 37):

- полный охват спортсменов сборной команды и ближайшего резерва по пулевой стрельбе мероприятиями НМО;
- выполнение календарного плана мероприятий НМО в соответствии с этапной таблицей (календарный план);

- материально-техническое и кадровое обеспечение системы НМО сборной команды по пулевой стрельбе.

Целевые индикаторы системы НМО спортсменов сборной команды РФ по пулевой стрельбе
в олимпийском цикле 2017 – 2020 гг.

Таблица 37

№	Показатели	2017	2018	2019	2020
1.	Охват спортсменов сборной команды мероприятиями НМО, %	90	90	100	100
2.	Выполнение календарного плана мероприятий НМО, %	90	90	100	100
3.	Выполнение модельных характеристик соревновательной деятельности, %	97	98	99	100
4.	Выполнение объема тренировочной нагрузки, %	100	100	100	100
5.	Материально-техническое обеспечение, %	80	90	100	100
6.	Кадровое обеспечение, %	100	100	100	100

Медицинское и медико-биологическое обеспечение проводится в соответствии с Приказом Минздрава России от 01.03.2016 № 134н "О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку...». Указанный Приказ содержит программы углубленного медицинского обследования (УМО) лиц, занимающихся спортом, на различных этапах спортивной подготовки; Положения об организации деятельности врачебно-физкультурного диспансера, центра лечебной физкультуры и спортивной медицины и врачей; Рекомендуемые штатные нормативы и стандарты оснащения.

Приказ Минздрава России от 14.01.2013 N 3н (ред. от 17.10.2014) "О медицинском и медико-биологическом обеспечении спортивных сборных команд Российской Федерации». Медицинское обеспечение членов сборных команд является составной частью тренировочного процесса и включает комплекс мероприятий по организации и оказанию членам сборных команд медицинской помощи, ... осуществляется в соответствии с положениями Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте, принятой ЮНЕСКО на 33 сессии 19 октября 2005 г. в Париже и ратифицированной Федеральным законом Российской Федерации от 27 декабря 2006 г. N 240-ФЗ "О ратификации Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте". Медико-биологическое обеспечение сборных команд является составной частью тренировочного процесса членов сборных команд и включает комплекс организационных мероприятий по обеспечению спортсменов сборных

команд лекарственными препаратами, биологически активными добавками, медицинскими изделиями.

Углубленные медицинские обследования проводятся не реже двух раз в год. При наличии показаний – дообследование и лечение преимущественно в медицинских учреждениях ФМБА. Команду сопровождают врачи и массажисты на всех этапах тренировочного и соревновательного процесса, являющиеся сотрудниками ФМБА.

Антидопинговое обеспечение.

1. Назначение ответственных лиц за антидопинговое обеспечение — с назначением ежегодно, назначает руководство ССР в январе.

2. Закрепление за врачами сборной команды спортсменов-кандидатов на участие в ОИ-2020 года – ежегодно (главный тренер);

3. Ознакомление спортсменов-кандидатов на участие в ОИ и персонала спортсмена с положениями основных действующих антидопинговых документов (антидопинговые правила, утвержденные Международной Федерацией Спортивной Стрельбы, переведенные на русский язык, Кодекс ВАДА, Международные стандарты ВАДА, система антидопингового администрирования и менеджмента) - 2 раза в год, а так же при внесении в антидопинговые правила изменений, путем рассылки электронных оповещений, а так же проведение семинаров врачом команды, тренером на ТМ;

4. Разработка и проведение совместно с Российским антидопинговым агентством «РУСАДА» образовательных, информационных программ и семинаров по антидопинговой тематике для спортсменов и персонала спортсмена – постоянно в периоды ТМ (НП «РУСАДА», главный тренер, врач команды) с кратностью в 2017г - 1 раз, в 2018г — 2 раза, в 2019г — 3 раза в год;

5. Проведение антидопинговой пропаганды среди спортсменов и персонала спортсмена сборной команды - на ТМ и соревнованиях (главный тренер, врач команды), а так же путем рассылки необходимых документов с кратностью 2 раза в год;

6. Содействовать в обеспечении своевременной подачи заявок для получения разрешений на терапевтическое использование спортсменами, запрещенных субстанций и/или методов, включенных в Запрещенный список ВАДА - по необходимости в течение года (врач команды);

7. Контроль своевременной подачи информации спортсменами об их местонахождении включенных в международный и национальный списки тестирования - ежеквартально (врач команды, главный тренер), а так же рассылка-напоминание спортсменам о необходимости коррекции данных в системе местонахождения, кратность 1 раз в месяц (врач команды);

8. Заключение со спортсменами и персоналом спортсмена соглашений о недопустимости нарушений антидопинговых правил – ежегодно, январь-февраль (врач команды, главный тренер, руководство ССР).

9. Оказывать всестороннее содействия антидопинговым организациям в проведении допинг контроля и реализации комплекса мер, направленных на борьбу с допингом в спорте – на ТМ и международных и всероссийских соревнованиях (врач команды, главный тренер).

10. Предоставлять общероссийской антидопинговой организации в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами необходимой информации для формирования списка спортсменов в целях проведения тестирования, как в соревновательный, так и во внесоревновательный периоды – ежегодно за месяц до проведения запланированных мероприятий (главный тренер, врач команды).

VI. Тренировочные условия и используемые спортивные базы при подготовке спортивной сборной команды Российской Федерации по пулевой стрельбе.

План подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации централизованно и на местах

60% спортсменов списочного состава сборной команды Российской Федерации имеют возможность готовиться как в составе сборной команды в период проведения централизованных сборов, так и на местах. Остальные 40 % спортсменов имеют возможность полноценно готовиться только в составе сборной команды в период проведения централизованных тренировочных мероприятий, так как на местах испытывают затруднения с материально-техническим обеспечением, тренерским, медицинского сопровождением. Существует острая нехватка специалистов в регионах.

Средства повышения работоспособности и восстановления, используемых при подготовке спортивной сборной команды Российской Федерации

В Олимпийском цикле 2013-2016 гг. использовались следующие средства и методы восстановления, которые можно разделить на три группы:

- 1) педагогические;
- 2) медико-биологические;
- 3) психологические

При этом, к какой бы группе ни относились используемые в подготовке спортсмена средства восстановления, эффекты их действия на организм всегда реализуются через уже существующие в нем физиологические механизмы.

Восстановление спортивной работоспособности и нормального функционирования организма после тренировочных и соревновательных нагрузок – неотъемлемая составная часть системы подготовки спортсменов. Выбор средств восстановления определялся возрастом, квалификацией, индивидуальными особенностями спортсменов, этапом подготовки, задачами тренировочного процесса, характером и особенностями построения тренировочных нагрузок.

На этапах предварительной подготовки основной задачей оптимизации восстановительных процессов являлась рациональная тренировка и режим спортсменов, предусматривающие интервалы отдыха, достаточные для естественного протекания восстановительных процессов, полноценное питание.

На этапах углубленной тренировки и спортивного совершенствования применялся значительно более широкий арсенал восстановительных средств и мероприятий. Помимо педагогических и психологических методов широко использовались и медико-биологические средства к которым относятся: рациональное питание, физио- и гидропроцедуры, сауна, различные виды массажа, витамины и фармакологические препараты, влияющие на энергетические, психо-физиологические, адаптационные и пластические процессы, к которым относятся препараты растительного и животного происхождения, не допинговые средства повышения и восстановления спортивной работоспособности – адаптогены, ноотропы, препараты энергетического и пластического

действия, иммуномодуляторы, антиоксиданты и антигипоксанты, витамины и витаминные комплексы, биологически активные добавки к пище.

Используемый подход к организации восстановительных мероприятий и оптимизации воздействий с позиции системного принципа позволил в значительной степени унифицировать методику использования разнообразных восстановительных средств, индивидуализировать параметры факторов окружающей среды с целью их применения в пулевой стрельбе, избежать неблагоприятных последствий процедур, а так же рационально сочетать занятия спортом с восстановительными циклами.

Правильное использование средств восстановления работоспособности возможно лишь при решении следующих вопросов:

- 0) определение звена функциональных систем организма, несущие основные нагрузки и лимитирующую работоспособность, а так же учет гетерохронности протекания восстановительных процессов, подвергающиеся стимуляции используемыми средствами восстановления;
- 2) разработка и подбор оптимальной технологии использования отдельных, составляющих комплекс, средства восстановления и тактика применения их в конкретных случаях;
- 3) подбор объективных методов контроля за эффективностью применяемых комплексов средств восстановления и совершенствование организационных форм их проведения в системе спортивной тренировки.

Тренировочные базы сборной команды России (основной состав)
по пулевой стрельбе

Таблица 38

№ п/п	Стрелковые комплексы	Тип	Сезон	% использования объекта (от общего количества мероприятий)	СМ	Особенности	Стрелковое место	инфра (зал, пит-е, вост-е)
Российские								
1	ССК «Лисья нора», Московская обл., г. Икша	Откр.	апрель-октябрь	50 % (ТМ,ИП)	ВС, МС	Все дисциплины	60	да
		Закр.	Круглгд.				60	
2	Краснодарский край, г. Краснодар	Откр.	Апрель-октябрь	0 % (ТМ,ИП)	ВС	Все дисциплины	60	нет
		Закр.	Пневм.				40	
3	Удмуртская Республика, г. Ижевск	Закр.	Круглгд.	0 % (ВС,ИП)	ВС	Все дисциплины	50	да

4	Новогорск Моск.обл. База ФГБУ	Закр.	Октябрь- апрель	35 % (ТМ,ИП)		Все дисциплины	50	да
5	Липецкая обл., с. Конь-Колодезь	закр.	Круглгд.	0 % (ВС,ИП)	ВС	Все дисциплины	60	да
6	Хабаровский край, г.Хабаровск	Откр.	Круглгд.	2018-2020 г.г. (ТМ,ИП)	ВС	Все дисциплины	60	да
		Закр.						
7	г.Кисловодск База ФГБУ Юг- спорт	Откр.	Круглгд.	5 % (ТМ)	ТМ ОФП			да
		Закр.						
Зарубежные								
1	Израиль, Тель- Авив.	Откр,	Октябрь- апрель	5% (ТМ,ИП)	МС	Все дисциплины	60	да
		Закр.					30	
2	Испания, Гранада.	Откр,	Октябрь – апрель	5% (ТМ,ИП)	МС	Все дисциплины	100	нет
		Закр.					40	
3	Азербайджан, Баку.	Откр,	Октябрь- апрель	5% (ТМ,ИП)	МС	Все дисциплины	60	нет
		Закр.					40	
4	Черногория, г.Бар	Закр.	Круглгд.	10 % УТС	ТМ	Все дисциплины	30	да
5	Кипр, г. Лимассол	Откр,	Сентябрь- март	5 % (ТМ)	ТМ ОФП			да
		Закр.						

СМ – спортивные мероприятия

ВС – всероссийские соревнования

МС – международные соревнования

ИП – индивидуальная подготовка

ТМ – тренировочное мероприятие

ТМ ОФП - тренировочное мероприятие по ОФП

На заключительном этапе перед ОИ в Токио, тренировочный сбор необходимо будет проводить на востоке страны (предположительно в г. Хабаровск).

VII. Организационная структура тренеров, специалистов, обеспечивающих подготовку сборной команды Российской Федерации по пулевой стрельбе. Повышение квалификации тренеров и специалистов.

Схема 7.1. Организационная структура ССР.

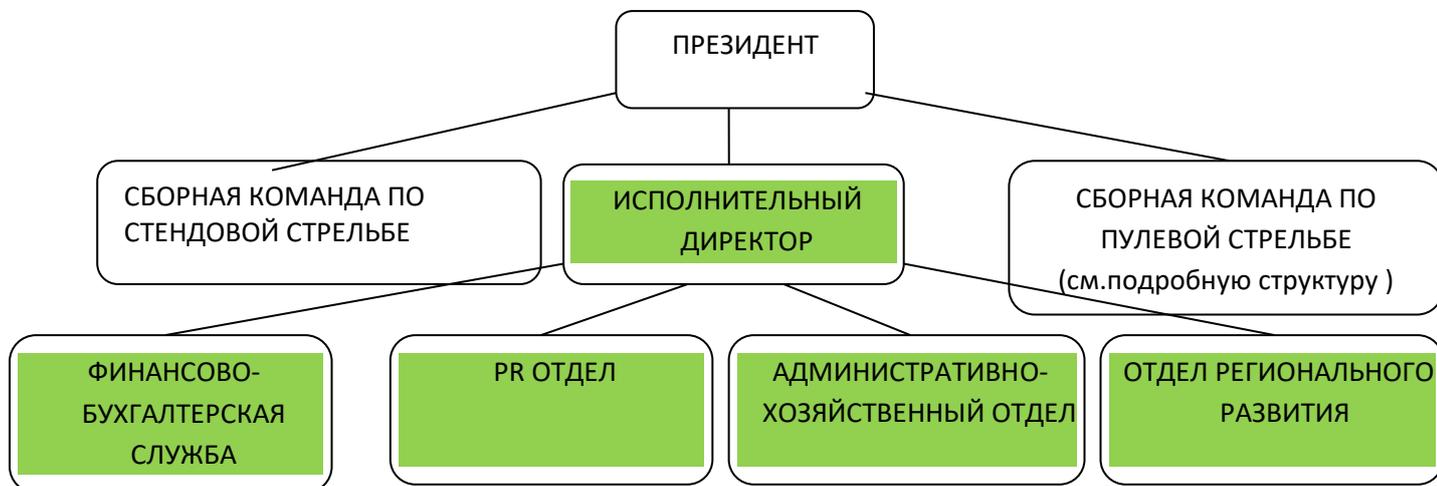
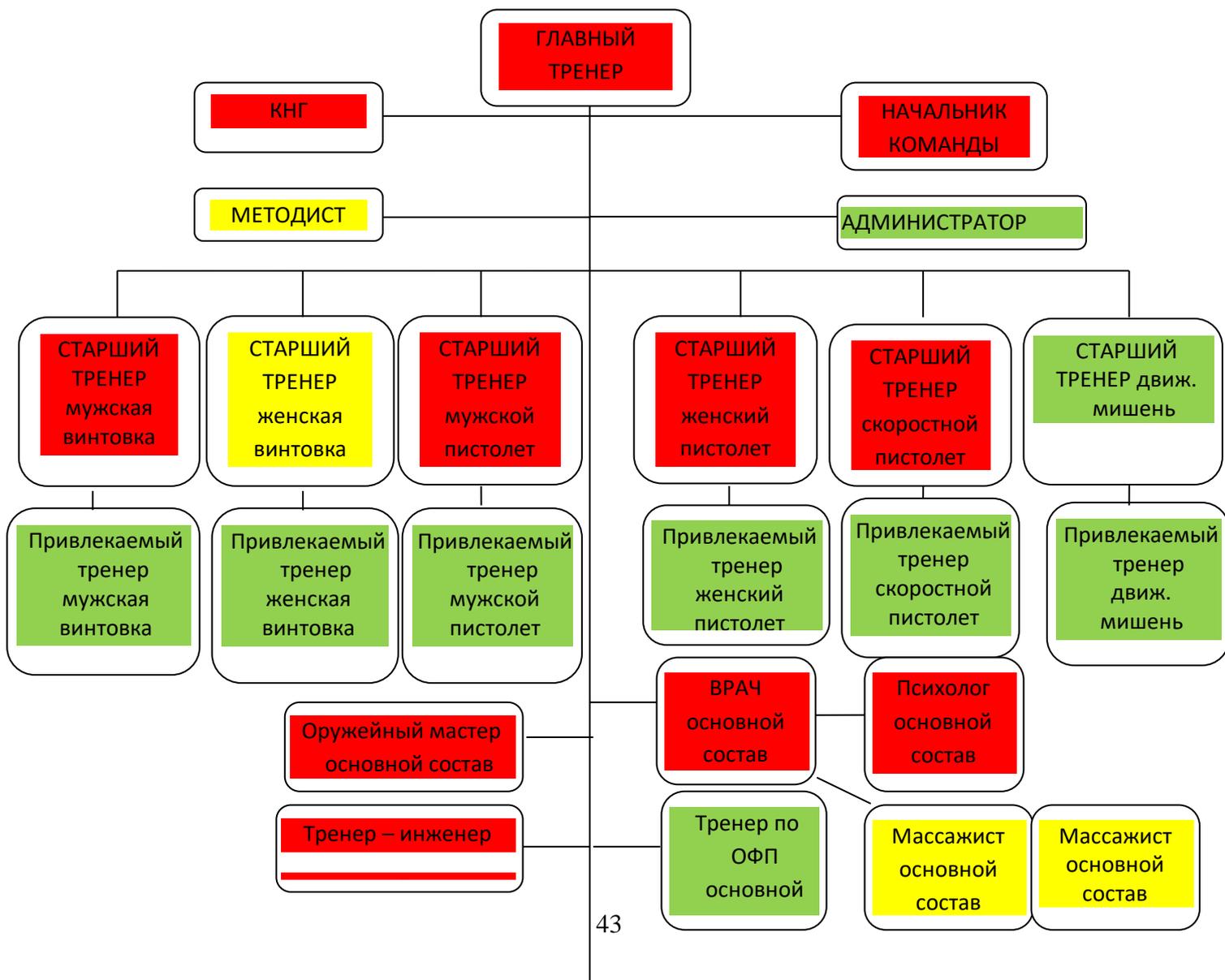
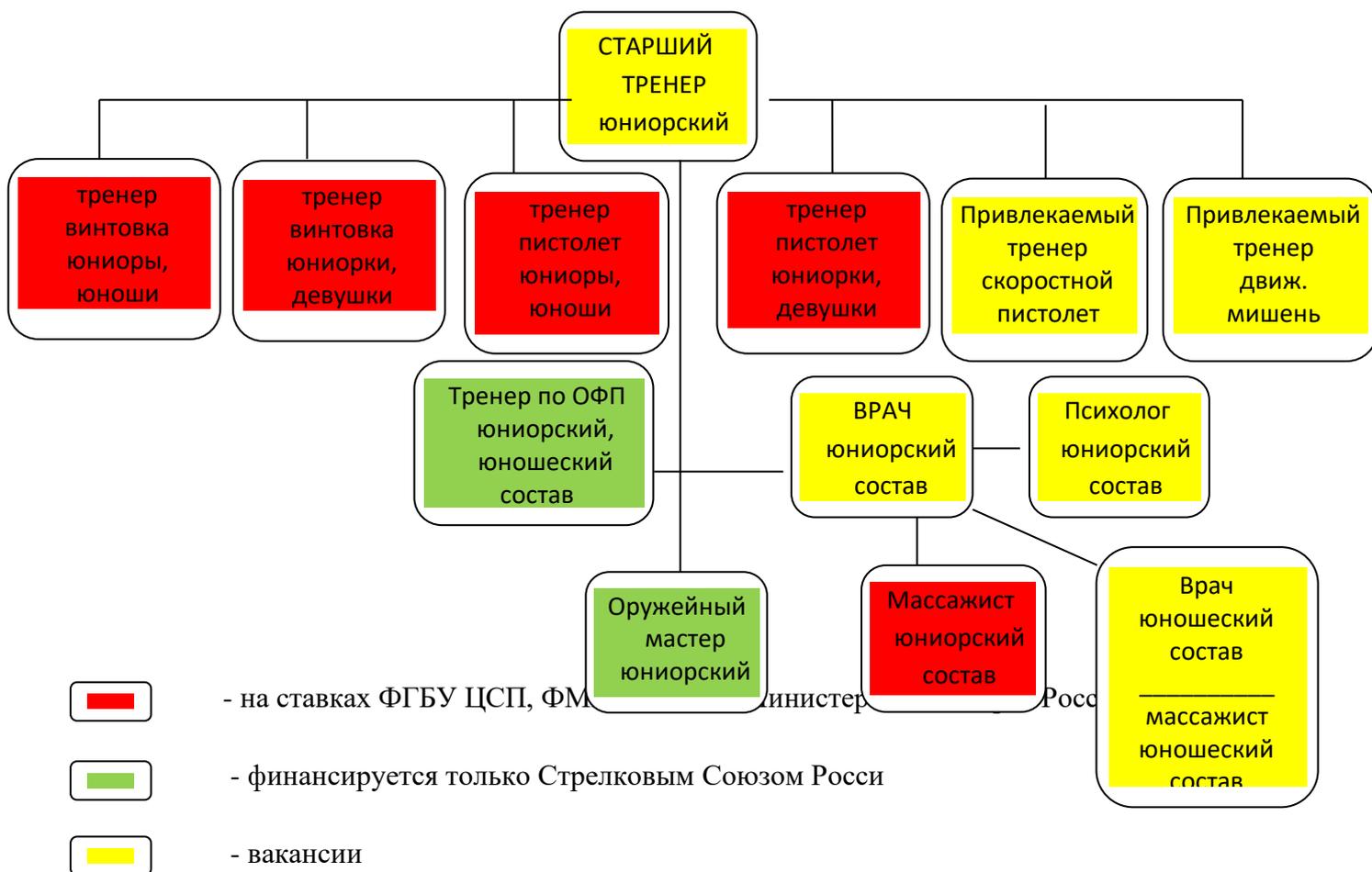


Схема 7.2. Организационная структура сборной команды по пулевой стрельбе:





Повышение квалификации тренеров и специалистов

Для повышения уровня квалификации тренеров и специалистов, с целью улучшения качества тренировочного процесса и как следствие повышения результативности спортсменов, необходимо организовать курсы повышения квалификации тренерского состава (всероссийские и международные), врачей, массажистов, технических специалистов.

Для совершенствования подготовки тренеров на местах и тренеров, работающих с основным и молодёжным составами сборной команды, необходимо ежегодно участвовать в курсах-семинарах повышения квалификации тренеров для освоения современных методов и приемов в тренировочном процессе и дальнейшего распространения этих методик на местах.

Предложения по проведению мероприятий:

- Для тренеров регионов устроить в России международные курсы повышения квалификации академии ISSF (курс D,C). Тренеров, владеющих английским языком отправить на международные тренерские курсы, с получением международной тренерской лицензии в академии ISSF (лицензии C,B,A). По окончании каждого курса сдаются экзамены. Тренеры, успешно окончившие курсы и получившие лицензию B имеют право обучения других тренеров;

- Привлекать квалифицированных академией ISSF зарубежных тренеров к работе со спортсменами сборной команды, также для обучения тренеров сборной команды.
- Судей, владеющих английским языком отправить на международные судейские курсы с получением международной судейской лицензии в академии ISSF
- В период межсезонья – октябрь - ежегодно проводить курсы повышения квалификации на базе ВУЗов, имеющих кафедру пулевой стрельбы (специальная стрелковая подготовка, психология, планирование тренировочного процесса, физиология, техника стрельбы, физическая подготовка стрелка и т.д.)
- Направить тренеров-механиков (механик по оружию) на курсы, проводимые оружейными заводами, производителями иностранного оружия используемого спортсменами сборной команды

Семинары:

- В рамках проведения соревнований, включенных в ЕКП проводить:
- 2-х дневные, 4-х часовые тренерские семинары, с привлечением специалистов из сборной команды России и из ведущих ВУЗов страны (психология, планирование тренировочного процесса, физиология, техника стрельбы, физическая подготовка стрелка и т.д.)
 - семинары для судей, для улучшения качества обслуживания соревнований (организацию и проведение судейских семинаров возложить на Стрелковый Союз России).

Календарь

Лекций, курсов повышения квалификации, семинаров по пулевой стрельбе на 2017 год (2018-2020гг. корректируются по результатам 2017года)

Таблица 39

№ п/п	Дата	Место проведения	Слушатели семинара	Тема	Ответственные за проведение
1	АВГУСТ	г. Икша ССК «Лисья Нора» в рамках Первенства России среди юношей	Тренеры ведомств, областных спортивных школ, личные тренеры спортсменов. Судьи	Семинары: психология спортсмена и тренера, планирование тренировочного процесса, физиология, техника стрельбы, физическая подготовка стрелка и т.д.) Судейские лекции	ФГБУ ЦСП, НИИФК, РГУФКиС Всероссийская коллегия судей
2	СЕНТЯБРЬ	г. Краснодар в рамках Чемпионата России	Тренеры ведомств, областных спортивных школ, личные тренеры спортсменов	Семинары: психология спортсмена и тренера, планирование тренировочного процесса, физиология, техника стрельбы, физическая подготовка стрелка и т.д.)	ФГБУ ЦСП, РГУФК, НИИФК
3	Совместно с Академией ISSF Октябрь -	Московская область, учебный центр	Тренеры сборной России и тренеры ведомств	С, D-курс Академии ISSF Техника стрельбы. Спортивная наука.	ССР, Лекторы Академии ISSF

	ноябрь	академии ISSF			
4	Октябрь - ноябрь	Московская область, учебный центр академии ISSF	Тренеры сборной России и тренеры ведомств	Роль КНГ в подготовке сборной команды России	Лекторы НИИФК
5	Октябрь - ноябрь	Спортивные ВУЗы	Тренеры сборной России и тренеры ведомств	Факультет повышения квалификации	ФГБУ ЦСП, ВУЗы
6	Совместно с Академией ISSF	Московская область, учебный центр академии ISSF	Судьи	Судейские курсы повышения квалификации	ССР, Лекторы Академии ISSF
7	Совместно с оружейными, патронными фирмами	По месту проведения	Тренер- механик (оружейник)	Курсы повышения квалификации мастера по оружию	ССР, ФГБУ ЦСП
8	По плану ФМБА	г. Москва	Врачи, массажисты, психологи	Повышение квалификации	ФМБА

VIII. Материально-техническое и финансовое обеспечение подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по пулевой стрельбе.

Материально-техническое и финансовое обеспечение подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по пулевой стрельбе на основе принципа консолидации средств федерального бюджета предоставляемых по заявкам Стрелкового Союза России в форме субсидии в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 20 августа 2016 года № 827, средств Стрелкового Союза России привлекаемых из внебюджетных источников, бюджетов субъектов Российской Федерации иных источников, не противоречащих законодательству Российской Федерации.

Расходы из средств субсидии федерального бюджета на реализацию мероприятий, предусмотренных ЦКП, осуществляется согласно Постановления Правительства Российской Федерации «Об утверждении правил предоставления субсидий из федерального бюджета некоммерческим организациям на финансовое обеспечение мероприятий в области физической культуры и спорта» от 20 августа 2016г. № 827, в соответствии с «Порядком финансирования за счёт средств федерального бюджета физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий», «Нормами расходов средств

на проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий» и «Порядком материально-технического обеспечения, в том числе обеспечения спортивной экипировкой, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивных сборных команд Российской Федерации за счёт средств федерального бюджета», утвержденные приказами Минспорта России от 30 марта 2015г. № 282, от 30 марта 2015г. № 283 и приказом Минспорттуризма России от 27 мая 2010г. №525 соответственно, на следующие цели:

а) финансовое обеспечение спортивных мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;

б) материально-техническое обеспечение основного и резервного составов спортивных сборных команд Российской Федерации;

в) возмещение расходов на развитие видов спорта, оплату труда штатных сотрудников, командировочных расходов, страховых взносов, информационно-образовательную деятельность, пропаганду видов спорта, программное обеспечение, абонентское обслуживание, оплату услуг по аренде транспортных средств, услуг связи, в том числе мобильной, приобретение оргтехники, оборудования, канцелярских принадлежностей, проведение конференций и семинаров для тренеров и специалистов, осуществление международной деятельности, включая участие в работе международных организаций, информационное обеспечение.

Кроме того, необходимо внести изменения в Приказы Министерства спорта Российской Федерации № 282 от 30 марта 2015г. «Об утверждении порядка финансирования за счёт средств федерального бюджета физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий» и № 283 от 30 марта 2015г. «Об утверждении норма расходов средств на проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий»:

а) изменение следующих нормативов финансирования по пулевой стрельбе:

- чел./день на тренировочном мероприятии на территории РФ для члена сборной команды по пулевой стрельбе	6 500,00 руб./день
- оплата труда судей	
Гл.судья и гл.судья-секретарь МК, ВК	2 000,00 руб./день
Гл.судья и гл.судья-секретарь 1 кат.	1 700,00 руб./день
Зам.гл.судьи и гл.судьи-секретаря МК, ВК	1 860,00 руб./день
Зам.гл.судьи и гл.судьи-секретаря 1 кат.	1 600,00 руб./день
Судьи МК, ВК	1 800,00 руб./день
Судьи 1 кат.	1 500,00 руб./день

б) включение в объемы финансирования следующих статей расходов:

- страхование участников спортивных мероприятий;
- подготовка, разработка и издание методической литературы;

- оплата труда привлекаемых тренеров и специалистов работающих со спортсменами сборных команд России по пулевой стрельбе.

Решить вопрос обеспечения финансирования расходов из федерального бюджета на условиях предоставления субсидии не позднее начала первого мероприятия, включенного в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий на очередной год.

Планируемые объёмы финансового обеспечения на спортивные соревнования, тренировочные мероприятия и материально-техническое обеспечение спортивных сборных команд Российской Федерации по пулевой стрельбе, развитие спорта и прочих накладных расходов по годам реализации и источникам финансирования представлены в Таблице № 40

Планируемые объёмы финансового обеспечения на спортивные соревнования, тренировочные мероприятия, материально-техническое обеспечение спортивных сборных команд Российской Федерации по пулевой стрельбе, развитие спорта и прочих накладных расходов

Таблица 40

Объёмы финансового обеспечения, в том числе		Всероссийские соревнования	Международные соревнования		Тренировочные мероприятия		Материально-техническое обеспечение*	Развитие спорта, проч. накладные расходы
год	Источники финансирования:		ТЫС. РУБ.	ТЫС. РУБ.	ТЫС. ЕВРО	ТЫС. РУБ.		
2017	ИТОГО, в т.ч.:	28 800,00	33 520,00	420,00	32 750,00	120 ,00	660,00	123 150,00
	Федеральный бюджет	27 300,00	31 820,00	400,00	31 100,00	114 ,00	625,00	116 950,00
	Частные инвестиции	1 500,00	1 700,00	20,00	1 650,00	6,00	35,00	6 200,00
2018	ИТОГО, в т.ч.:	30 250,00	35 200,00	420,00	40 400,00	120 ,00	660,00	129 200,00
	Федеральный бюджет	28 550,00	33 400,00	400,00	38 350,00	114 ,00	625,00	122 700,00
	Частные инвестиции	1 700,00	1 800,00	20,00	2 050,00	6,00	35,00	6 500,00
2019	ИТОГО, в т.ч.:	31 750,00	37 000,00	420,00	41 900,00	120,00	660,00	136 300,00
	Федеральный бюджет	30 000,00	35 150,00	400,00	39 800,00	114,00	625,00	129 400,00
	Частные инвестиции	1 750,00	1 850,00	20,00	2 100,00	6,00	35,00	6 900,00
2020	ИТОГО, в т.ч.:	33 350,00	36 500,00	400,00	41 500,00	150,00	660,00	142 200,00
	Федеральный бюджет	31 500,00	34 650,00	380,00	39 400,00	142,00	625,00	135 100,00

	Частные инвестиции	1 850,00	1 850,00	20,00	2 100,00	8,00	35,00	7 100,00
ВСЕГО		124 150,00	142 220,00	1 660,00	156 550,00	510,00	2 640,00	530 850,00

*Перечень материально-технического обеспечения:

- Мишенное оборудование (дистанция 10м.; 25 м.; 50 м. по 15 установок в год)
- Оружие (30 единиц в год)
- Патроны (1 млн. шт. в год)
- Пульки пневматические (1 млн. шт. в год)
- Спец. экипировка (50 чел. в год)
- Прочий спорт. инвентарь (50 чел в год)

IX. Список основных кандидатов в сборную команду Российской Федерации по пулевой стрельбе

Список спортсменов, тренеров и специалистов кандидатов в спортивные сборные команды Российской Федерации по пулевой стрельбе – В приложении.

X. Список тренерского совета

1. Общее положение.

-Тренерский совет является структурным подразделением Общероссийской спортивной общественной организации «Стрелковый Союз России».

- Состав Тренерского совета утверждается ежегодно исполкомом Федерации.

- Тренерский совет подотчетен Исполкому и Бюро исполкома Федерации.

-Тренерский совет в своей деятельности руководствуется действующим законодательством РФ, Уставом Федерации, настоящим Положением.

-Тренерский совет формируется на начало года по результатам работы прошедшего года.

-Тренерский совет формируется отдельно для взрослой спортивной сборной команды Российской Федерации и отдельно для молодёжной.

2. Состав тренерского совета:

В состав тренерского совета могут входить главный тренер сборной команды, старший тренер молодежной сборной, старшие тренеры по упражнениям, врачи и специалисты, привлекаемые к работе со сборными командами.

Руководство тренерским советом осуществляет главный тренер спортивной сборной команды Российской Федерации.

3. Задачи тренерского совета.

- Разработка систем отбора;
- Разработка предложений по Единому календарному плану;

- Разработка предложений по внесению изменений в Единую всероссийскую спортивную классификацию;
- разработка правил вида спорта «пулевая стрельба»;
- Разработка проектов Положения о соревнованиях и Регламента соревнований;
- Разработка проекта Целевой комплексной программы подготовки сборной на Олимпийский цикл и изменений в нее по мере реализации;
- Подготовка предложение по списку спортсменов, тренеров и специалистов – кандидатов в основной и резервный составы спортивной сборной команды Российской Федерации;
- Формирование итогового состава команды на международные соревнования и тренировочные мероприятия в случае спорных ситуаций;
- Координация тренировочного и соревновательного процессов спортсменов-сборников;
- Решение вопросов по организации тренировок спортсменов;
- Участие в формировании ежегодного Календаря спортивных мероприятий и проведении тренировочных мероприятий спортивной сборной команды России;
- Разработка методических материалов в помощь тренерам и судьям.
- Планирование и организация проведения семинаров, совещаний, симпозиумов по программе подготовки и повышения квалификации тренерского состава.