

Система подготовки и отбора спортсменов юниорского состава сборной команды России по пулевой стрельбе для участия в официальных соревнованиях 2021 года.

Содержание:

- 1. Формирование групп спортсменов для подготовки и отбора на участие в Первенстве Европы по стрельбе из пневматического оружия, Первенстве Европы по стрельбе из малокалиберного оружия, Кубке Мира среди юниоров, Первенстве Мира 2021 года.**
- 2. Условия и план проведения тренировочных мероприятий**
- 3. План отборочных мероприятий для участия в:**
 - 3.1. Первенстве Европы по стрельбе из пневматического и малокалиберного оружия (20.05-06.06.2021г., Хорватия, г. Осиек)
 - 3.2. Кубке Мира среди юниоров (03-14.07.2021г., Германия, г. Зуль)
 - 3.3. Первенстве Мира (25.09-10.10.2021г. Лас-Палмас, Перу)
- 4. Порядок отбора спортсменов в стартовый состав на участие в:**
 - 4.1. Первенстве Европы по стрельбе из пневматического и малокалиберного оружия (20.05-06.06.2021г., Хорватия, г. Осиек)
 - 4.2. Кубке Мира среди юниоров (03-14.07.2021г., Германия, г. Зуль)
 - 4.3. Первенстве Мира (25.09-10.10.2021г. Лас-Палмас, Перу)
- 5. Обязательные требования к спортсменам**
- 6. Нормативы физического тестирования спортсменов**

1. Формирование групп спортсменов сборной команды России на участие в Первенстве Европы по стрельбе из пневматического оружия, Первенстве Европы по стрельбе из малокалиберного оружия, Кубке Мира среди юниоров, Первенстве Мира 2021 года.

1.1. В каждом упражнении в список группы отбора входит:

- до шести спортсменов в каждом упражнении: винтовка (юниоры, юниорки), пистолет (юниорки);
- до восьми спортсменов в каждом упражнении: скорострельный пистолет (юниоры), пистолет (юниоры)

1.2. Группы отбора формируются из спортсменов:

1.2.1. Групп «В» «В2», «С», «СD», имеющие наибольший средний результат по итогам выступлений на официальных Всероссийских и международных соревнованиях с участием сборной команды России в период 01.01-01.09.2020г., сформированных по итогам 2020г. на 2021г. в соответствии с критериями, утвержденными Исполкомом Стрелкового Союза России (19.12.2019г.)

1.2.2. Групп «В», «В2», «С» и «СD», сформированных по итогам 2019г., участвовавших в централизованной подготовке в 2019-2020г.г., имеющие наибольший средний результат по итогам выступлений на официальных Всероссийских и международных соревнованиях с участием сборной команды России в период 01.01- 01.09.2020г.

1.2.3. По ходатайству тренеров групп и старшего тренера, в группу отбора дополнительно могут включаться перспективные спортсмены, не соответствующие вышеперечисленным критериям.

1.2.4. В дисциплинах винтовка (юниоры, юниорки), пистолет (юниорки) спортсмены групп отбора в одном упражнении имеют право участвовать в отборе и в другом упражнении.

1.2.5. Состав группы отбора формируется исходя из фактического количества стартов по уровню результатов, но не менее четырёх стартов за период с 01.01.2020г. по 01.09.2020г.

1.2.6. Количественный состав спортсменов в группах отбора по упражнениям олимпийской программы сокращается 06.06.2021г.:

- до 4-х человек - винтовка (юниоры, юниорки), пистолет (юниорки);
- до 5-ти человек - скорострельный пистолет (юниоры), пистолет (юниоры)

2. Условия и план проведения тренировочных мероприятий

Спортсмены, попавшие в группы отбора на участие в официальных соревнованиях, переходят в режим, централизованной подготовки в период 01.10.2020 – 31.08.2021г. (таблица №1)

Участие спортсменов в тренировочных мероприятиях, а также выполнение планов ТМ, является обязательным.

Исключением могут послужить медицинские показания (в том числе положительные тесты на COVID) на момент проведения централизованного мероприятия, призыв на воинскую службу (спортивная рота ЦСКА), сдача экзаменов (ЕГЭ, ГЕА).

Таблица №1

№	Мероприятие	Место проведения*	Сроки проведения*
1	Тренировочное мероприятие (функциональное)	г. Кисловодск, г. Сочи	Октябрь, ноябрь 2020
2	Тренировочное мероприятие	по месту проведения	Ноябрь 2020
3	Тренировочное мероприятие	по месту проведения	Декабрь 2020
4	Тренировочное мероприятие	по месту проведения	Январь 2021
5	Тренировочное мероприятие	по месту проведения	Февраль 2021
6	Тренировочное мероприятие	по месту проведения	Март 2021
7	Тренировочное мероприятие	по месту проведения	Май 2021
8	Тренировочное мероприятие	по месту проведения	Июнь 2021
9	Тренировочное мероприятие	по месту проведения	Август 2021
10	Тренировочное мероприятие	по месту проведения	Сентябрь 2021

*Возможно внесение изменений в связи с уточнением плана подготовки, а также Единого календарного плана спортивных мероприятий.

3. План отборочных мероприятий:

3.1. Отборочные мероприятия к Первенству Европы по стрельбе из пневматического и малокалиберного оружия (20.05-06.06.2021г., Хорватия, г. Осиек)

Таблица № 2

№	Мероприятие	Место проведения	Сроки проведения
1	Контрольная стрельба в рамках ТМ (пневматические 2 старта и малокалиберные дисциплины)	По месту проведения	Январь 2021г
2	Первенство России по стрельбе из пневматического оружия	г. Ижевск	22-30.01.2021г
3	Всероссийские соревнования, проводимые совместно с Первенством России	г. Ижевск	22-30.01.2021г
4	Чемпионат России по стрельбе из пневматического оружия	г. Ижевск	31.01-08.02.2021г
5	Всероссийские соревнования, проводимые совместно с Чемпионатом России	г. Ижевск	31.01-08.02.2021г

6	Контрольная стрельба в рамках ТМ (пневматические и малокалиберные дисциплины)	По месту проведения	Февраль-март 2021г
7	Международные соревнования	Польша, г. Вроцлав	09-15.03.2021г
8	Чемпионат России по стрельбе из малокалиберного оружия (личный)	По месту проведения	
9	Всероссийские соревнования, проводимые совместно с Чемпионатом России (личным)	По месту проведения	

*Возможно внесение изменений в связи с уточнением плана подготовки, а также Единого календарного плана спортивных мероприятий.

3.2 Отборочные мероприятия к Кубку Мира среди юниоров (03-14.07.2021г., Германия, г. Зуль)

Таблица №3

№	Мероприятие	Место проведения	Сроки проведения
1	Контрольная стрельба в рамках ТМ (пневматические - 2 старта и малокалиберные дисциплины)	По месту проведения	Январь 2021г
2	Первенство России по стрельбе из пневматического оружия	г. Ижевск	22-30.01.2021г
3	Всероссийские соревнования, проводимые совместно с Первенством России	г. Ижевск	22-30.01.2021г
4	Чемпионат России по стрельбе из пневматического оружия	г. Ижевск	31.01-08.02.2021г
5	Всероссийские соревнования, проводимые совместно с Чемпионатом России	г. Ижевск	31.01-08.02.2021г
6	Контрольная стрельба в рамках ТМ (пневматические и малокалиберные дисциплины)	По месту проведения	Февраль-март 2021г
7	Международные соревнования по месту проведения (скорострельный пистолет)	Польша, г. Вроцлав	09-15.03.2021г
8	Чемпионат России по стрельбе из малокалиберного оружия (личный)	По месту проведения	
9	Всероссийские соревнования, проводимые совместно с Чемпионатом России (личным)	По месту проведения	
10	Первенство Европы по стрельбе из пневматического и малокалиберного оружия	Хорватия, г. Осиек	23.05-07.07.2021г

11	Контрольная стрельба в рамках ТМ (малокалиберные и пневматические дисциплины)	По месту проведения	Июнь 2021г
----	---	---------------------	------------

*Возможно внесение изменений в связи с уточнением плана подготовки, а также Единого календарного плана спортивных мероприятий.

3.3. Отборочные мероприятия к Первенству Мира (25.09-10.10.2021г. Лас-Палмас, Перу)

Таблица №4

№	Мероприятие	Место проведения	Сроки проведения
1	Контрольная стрельба в рамках ТМ (пневматические – 2 старта и малокалиберные дисциплины)	По месту проведения	Январь 2021г
2	Первенство России по стрельбе из пневматического оружия	г. Ижевск	22-30.01.2021г
3	Всероссийские соревнования, проводимые совместно с Первенством России	г. Ижевск	22-30.01.2021г
4	Чемпионат России по стрельбе из пневматического оружия	г. Ижевск	31.01-08.02.2021г
5	Всероссийские соревнования, проводимые совместно с Чемпионатом России	г. Ижевск	31.01-08.02.2021г
6	Контрольная стрельба в рамках ТМ (пневматические и малокалиберные дисциплины)	По месту проведения	Февраль-март 2021г
7	Международные соревнования по месту проведения (скорострельный пистолет)	Польша, г. Вроцлав	09-15.03.2021г
8	Чемпионат России по стрельбе из малокалиберного оружия (личный)	По месту проведения	
9	Всероссийские соревнования, проводимые совместно с Чемпионатом России (личным)	По месту проведения	
10	Первенство Европы по стрельбе из пневматического и малокалиберного оружия	Хорватия, г. Осиек	20.05-06.06.2021г
11	Контрольная стрельба в рамках ТМ (малокалиберные и пневматические дисциплины)	По месту проведения	Июнь 2021г
12	Кубок Мира среди юниоров	Германия, г. Зуль	03-14.07.2021г.
13	Первенство России по стрельбе из малокалиберного оружия	г. Казань	01-09.08.2021г.
14	Всероссийские соревнования из пневматического оружия	г. Казань	01-09.08.2021г.

*Возможно внесение изменений в связи с уточнением плана подготовки, а также Единого календарного

4. Порядок отбора спортсменов в стартовый состав

4.1. Для участия в Первенстве Европы по стрельбе из пневматического и малокалиберного оружия (20.05-06.06.2021г., Хорватия, г. Осиек)

4.1.1. Отбор спортсменов в команду на участие в Первенстве Европы происходит в упражнениях олимпийской программы: ПП-60, ВП-60, МВ-3х40, МП-60, МПСС-60, ПП-60 (для участия в упражнении МПП-60).

4.1.2. В стартовый состав на выполнение индивидуального упражнения включается по 3 спортсмена.

4.1.3. В упражнениях смешанные пары участвуют спортсмены из числа отобравшихся в стартовый состав (пневматические упражнения).

4.1.4. В неолимпийских упражнениях участвуют спортсмены из числа отобравшихся в олимпийских упражнениях.

4.1.5. Критерии для формирования стартового состава, расставленные в порядке приоритетности:

- спортсмены, имеющие лучший средний результат в олимпийском упражнении, показанный на отборочных мероприятиях, при условии участия спортсменов не менее чем в двух Всероссийских соревнованиях и не менее чем в двух контрольных стрельбах в рамках ТМ (пункт 3.1., таблица №2)

- при разнице средних результатов менее 1 очка, преимущество отдаётся спортсмену, имеющему:

- наибольший средний результат (отборочный и квалификационный старт), показанный спортсменами на Первенстве России по стрельбе из пневматического оружия (п.3.1. Таблица №2)

- более высокое призовое место на Первенстве России по стрельбе из пневматического оружия

- более высокое призовое место на Всероссийских соревнованиях по стрельбе из малокалиберного оружия (22-30.01.2021г.)

- наибольший средний результат, показанный спортсменами на контрольных стрельбах в рамках ТМ (пункт 3.1., таблица №2)

- лучшие результаты функционального состояния

- лучшие результаты физического состояния (физ. тестирования)

Допускается удаление одного результата из таблицы выведения среднего результата при зафиксированной поломке оружия.

4.1.6. Результаты спортсменов, принимающих участие в контрольных стрельбах и в международных соревнованиях основного состава сборной команды России, будут зачислены к выведению среднего результата в таблицу отбора.

4.1.7. На заключительное тренировочное мероприятие перед Первенством Европы вызывается стартовый состав сборной команды России.

4.1.8 Стартовый состав сборной команды утверждается Исполкомом Стрелкового Союза России по представлению главного тренера.

4.2. Для участия в Кубке Мира среди юниоров (03-14.07.2021г., Германия, г. Зуль).

4.2.1. Отбор спортсменов в команду на участие в Кубке Мира среди юниоров происходит из числа оставшихся в отборе спортсменов (п.1.2.6) в упражнениях олимпийской программы.

4.2.2. В стартовый состав на выполнение каждого упражнения включается по 3 спортсмена.

4.2.3. В неолимпийских упражнениях участвуют спортсмены из числа отобравшихся в олимпийских индивидуальных дисциплинах и имеющие лучшие средние результаты в сезоне в соответствующих упражнениях.

4.2.4. В упражнениях смешанных пар участвуют спортсмены из числа стартового состава по дисциплинам (п.4.2.1.).

4.2.5. Критерии для формирования стартового состава, расставленные в порядке приоритетности:

- финалисты Первенства Европы в соответствующих олимпийских дисциплинах
- спортсмены, имеющие лучший средний результат в упражнении, показанный на отборочных мероприятиях, при условии участия спортсменов не менее чем в двух Всероссийских соревнованиях и не менее чем в трёх контрольных стрельбах в рамках ТМ (пункт 3.2., таблица №3).

При разнице средних результатов менее 1 очка, преимущество отдаётся спортсмену, имеющему:

- лучший результат, показанный на контрольной в рамках ТМ (июнь 2021)
- лучшие результаты функционального состояния
- лучшие результаты физического состояния (тестирования)

Допускается удаление одного результата из таблицы выведения среднего результата при зафиксированной поломке оружия.

4.2.6. Результаты спортсменов, принимающих участие в контрольных стрельбах и в международных соревнованиях основного состава сборной команды России, будут зачислены к выведению среднего результата в таблицу отбора.

4.2.7. На заключительное тренировочное мероприятие перед Кубком Мира вызывается стартовый состав сборной команды России по дисциплинам.

4.2.8. Стартовый состав сборной команды утверждается Исполкомом Стрелкового Союза России по представлению главного тренера.

4.3. Для участия в Первенстве Мира (25.09-10.10.2021г. Лас-Палмас, Перу)

4.3.1. Стартовый количественный состав формируется из числа оставшихся в отборе спортсменов (п.1.2.6).

Отбор в общий количественный состав происходит по упражнениям олимпийской программы.

Для участия в Первенстве Мира общий количественный состав в дисциплинах формируется на основании правил ISSF, пункта 3.6.8.1:

- юниорки пистолет не более 5 спортсменок,
- юниоры пистолет не более 10 спортсменов,
- юниорки винтовка не более 6 спортсменок,
- юниоры винтовка не более 8 спортсменов.

4.3.2. В стартовый состав на выполнение каждого упражнения включается по 3 спортсмена.

4.3.3. В неолимпийских упражнениях участвуют спортсмены из числа отобравшихся в олимпийских индивидуальных дисциплинах и имеющие лучшие средние результаты в сезоне в соответствующих упражнениях.

4.3.4. В упражнениях смешанных пар, олимпийской и неолимпийской программы, участвуют спортсмены из числа стартового состава по дисциплинам (п.4.3.1.).

4.3.5. Формирования стартового состава происходит из спортсменов, имеющих лучший средний результат в упражнениях, показанных спортсменами на отборочных мероприятиях (пункт 3.3., таблица №4), при условии участия спортсменов:

- не менее чем в двух Всероссийских соревнованиях
- Первенстве России
- не менее чем в трёх контрольных стрельбах в рамках ТМ.

4.3.6. При разнице средних результатов менее 1 очка (в пневматических и малокалиберных упражнениях олимпийской программы), преимущество имеет спортсмен:

- финалист Первенства Европы и финалист Кубка Мира среди юниоров в соответствующих олимпийских дисциплинах
- наибольший средний результат (отборочный и квалификационный старт), показанный спортсменами на Первенстве России по стрельбе из малокалиберного оружия и Всероссийских соревнованиях по стрельбе из пневматического оружия (01-09.08.2021г.)
- более высокое призовое место на Первенстве России по стрельбе из малокалиберного оружия и Всероссийских соревнованиях по стрельбе из пневматического оружия (01-09.08.2021г.)
- лучшие результаты функционального состояния
- лучшие результаты физического состояния (тестирования).

Критерии для формирования стартового состава, расставленные в порядке приоритетности.

Допускается удаление одного результата из таблицы выведения среднего результата при зафиксированной поломке оружия.

4.3.7. Результаты спортсменов, принимающих участие в контрольных стрельбах и в международных соревнованиях основного состава сборной команды России, будут зачислены к выведению среднего результата в таблицу отбора.

4.3.8. На заключительное тренировочное мероприятие перед Первенством Мира вызывается стартовый состав сборной команды России.

4.3.9. Стартовый состав сборной команды утверждается Исполкомом Стрелкового Союза России по представлению главного тренера.

5. Обязательные требования к спортсменам

- участие во всех централизованных мероприятиях, на которые приглашаются по подготовке к официальным соревнованиям 2021г.
- соблюдение общего плана и режима подготовки
- тестирование функционального и физического состояния на основе тестов соответственно возрасту (пункт 6, таблица №5)
- выполнение рекомендаций по наращиванию, поддержке функционального и физического состояния
- медицинские обследования
- Заграничный паспорт, срок действия которого заканчивается не ранее чем за шесть месяцев до начала международного соревнования.
- Согласно правилам выполнения командных упражнений, выступление спортсменов сборной команды на международных соревнованиях только в стрелковых костюмах установленного ССР образца.

При несоблюдении указанных требований, тренерский состав сборной команды вправе предложить Исполкому Стрелкового Союза России следующую по списку кандидатуру спортсмена из таблицы отбора, которая соответствует требованиям настоящей системы.

6. Нормативы физического тестирования спортсменов

Таблица № 5

№	ТЕСТИРОВАНИЕ ОФП	ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА	НОРМАТИВЫ ПО ВОЗРАСТАМ
1	Кросс 3 км (мужчины) 2 км (женщины)	Выносливость	Мужчины 15-17 лет — 14,40 18-24 года — 13,30 Женщины 13-14 лет – 11,40 15-17 лет — 11,20 18-24 года — 11,15
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики/юноши/мужчины)	силовые способности – сила мышц плечевого пояса, спины и рук	Мужчины 15-17 лет — 13 18-24 года — 13
2.1	Подтягивания из виса лежа на низкой перекладине	силовые способности –	Женщины 13-14 лет – 14

	(девочки/девушки/женщины)	сила мышц плечевого пояса, рук и спины	15-17 лет — 17 18-24 года — 20
3	Сгибание и разгибание рук из упора лежа на полу (все)	силовые способности – сила мышц плечевого пояса, рук и груди	Мужчины 15-17 лет – 33 18-24 года – 40 Женщины 13-14 лет – 15 15-17 лет — 16 18-24 года — 18
4	Сгибание туловища на наклонной скамье	силовые способности – сила мышц живота	Мужчины 15-17 лет — 40 18-24 года – 46 Женщины 13 – 14 лет - 34 15-17 лет — 34 18-24 года — 40
5	Гиперэкстензия в тренажере «римский стул» или на скамье	силовые способности – сила мышц- разгибателей спины	Мужчины 15-17 лет — 42 18-24 года – 45 Женщины 13 – 14 лет - 32 15-17 лет — 34 18-24 года — 40
6	Гибкость (наклон вперед из положения, стоя на гимнастической скамье)	Гибкость	Мужчины 15-17 лет — +13 18-24 года – +13 Женщины 13 – 14 лет – коснуться пальцами пола 15-17 лет — +16 18-24 года — +16
7	Кросс на беговой дорожке (угол наклона на тестировании – не менее 1 градуса) Мужчины 3 км Женщины 2 км	Выносливость	Мужчины 15-17 лет — 14,40 18-24 года — 14,10 Женщины 13-14 лет – 12,20 15-17 лет– 12,00 18-24 года — 11,55
8	Беговой тест по К. Куперу (12-минут)	Общая физическая подготовленность	Нормативы на «отлично» Мужчины 13-14 лет- 2700+m 15-16 лет- 2800+m 17-19 лет- 3000+m 20-29 лет- 2800+m Женщины 13-14 лет - 2000+m

			15-16 лет - 2100+m 17-19 лет - 2300+m 20-29 лет - 2700+m
9	Теста на велоэргометре (велосипеде) по К. Куперу (12-минут)	Общая физическая подготовленность	Нормативы на «отлично» Мужчины 13-19 лет - более 9,2 км 20-29 лет - более 8,8 км Женщины 13-19 лет - более 7,6 км 20-29 лет - более 7,2 км