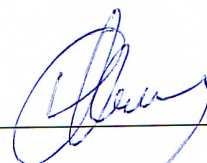


**ПРОГРАММА  
РАЗВИТИЯ ВИДА СПОРТА ПЛАВАНИЕ  
В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
НА 2025-2028 ГОДЫ**

«УТВЕРЖДАЮ»

Президент Общественной организации  
плавания, водного поло, синхронного плавания, прыжков в воду  
"Федерация водных видов спорта России" (ФВВСР)



Д.А. Мазепин

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	7
<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ</b> .....	7
<b>2. АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПЛАВАНИЯ В МИРЕ</b> .....	10
2.1. Анализ тенденций развития вида спорта и его спортивных дисциплин в Европе и других странах мира .....	10
2.2. Сравнительный анализ результатов выступления спортивной сборной команды Российской Федерации за предыдущие четыре года .....	16
2.3. Выводы об основных предполагаемых соперниках на предстоящих спортивных соревнованиях Юношеских Олимпийских играх, первенствах мира и Европы, а также перспективах выступления спортивной сборной команды Российской Федерации на таких соревнованиях в ближайшее четырехлетие .....	40
2.4. Сведения о наличии представителей Федерации в руководящих или технических органах международной спортивной федерации, динамике количества спортивных судей, привлекаемых международной спортивной федерацией к спортивному судейству международных спортивных соревнований .....	42
2.5. Сравнительный анализ уровня обеспеченности объектами спорта, соответствующими современным требованиям или современной спортивной инфраструктурой, для осуществления учебно-тренировочного процесса и проведения спортивных соревнований в странах, занимающих с 1 по 6 место на Играх Олимпиады, Паралимпийских играх, Сурдлимпийских играх, Всемирных играх и чемпионатах мира .....	43
2.6. Анализ обеспеченности различных категорий граждан и групп населения объектами спорта для проведения занятий, осуществления подготовки и проведения физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий в странах, где вид спорта плавание входит в число приоритетных .....	43
2.7. Сведения о наличии производства современного конкурентного спортивного инвентаря, оборудования и спортивной экипировки в странах, занимающих с 1 по 6 место на Играх Олимпиады, Паралимпийских играх, Сурдлимпийских играх, Всемирных играх и чемпионатах мира .....	43
2.8. Анализ наличия подпрограмм развития вида спорта среди различных категорий граждан и групп населения, реализуемых национальными федерациями других стран по виду спорта .....	44
<b>3. АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПЛАВАНИЯ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ</b> .....	44

3.1.	Динамика численности занимающихся видом спорта с учетом сведений федеральных статистического наблюдения «Сведения о физической культуре и спорте» и «Сведения об адаптивной физической культуре и спорте» .....	44
3.2.	Динамика количества тренеров, тренеров-преподавателей с учетом сведений федеральных статистических наблюдений «Сведения о физической культуре и спорте», «Сведения об адаптивной физической культуре и спорте» и «Сведения по подготовке спортивного резерва» (далее - сведения федерального статистического наблюдения), включая анализ потребности субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта в таких специалистах.....	46
3.3.	Развитие вида спорта «плавание» в субъектах Российской Федерации и муниципальных образованиях (количество региональных спортивных федераций, а также субъектов Российской Федерации, где вид спорта «плавание» является базовым) .....	50
3.4.	Наличие разработанных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки .....	83
3.5.	Принятые меры по созданию или поддержке производства современного конкурентного спортивного инвентаря и оборудования .....	83
3.6.	Количество внедренных научно обоснованных предложений (методических рекомендаций) в части совершенствования учебно-тренировочного процесса, оборудования, дополнительных образовательных программ спортивной подготовки для каждого этапа спортивной подготовки, количества специалистов в области физической культуры и спорта, входящих в составы спортивных сборных команд Российской Федерации по виду спорта, защитивших степень кандидата/доктора педагогических (иных) наук..	83
3.7.	Сведения о мероприятиях, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, включая количество и перечень таких мероприятий .....	85
3.8.	Сведения о работе со средствами массовой информации (далее - СМИ), частоте цитирования в СМИ .....	88
3.9.	Количество реализованных мероприятий по пропаганде вида спорта .....	89
3.10.	Проблемы развития вида спорта в Российской Федерации, их характеристика и анализ причин их возникновения .....	90
3.11.	Обоснованные предложения по решению проблем развития вида спорта в Российской Федерации на региональном или федеральном уровне .....	91
3.12.	Анализ рисков реализации программы и описание мер управления возможными рисками .....	91

3.1.	Результаты взаимодействия Федерации на основании соглашений о сотрудничестве с образовательными организациями высшего образования, подведомственными Министерству, и иными образовательными организациями высшего образования по проведению подготовки, переподготовки и повышения квалификации тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта, в том числе по направлениям цифровой грамотности и информационно-коммуникационных технологий .....	93
3.2.	Сведения о внедрении системы учета спортсменов и результатов их выступлений с использованием цифровых платформ и цифровых решений, в том числе учета спортивных судей, тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта .....	94
4.	<b>ЦЕЛЕВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ (ИНДИКАТОРЫ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФЕДЕРАЦИИ ПО РАЗВИТИЮ ПЛАВАНИЯ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ. ОСНОВНЫЕ ОЖИДАЕМЫЕ КОНЕЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....</b>	<b>95</b>
4.1.	Целевые показатели (индикаторы) деятельности Федерации по подготовке и выступлению спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию .....	95
4.2.	Сроки и этапы реализации программы .....	106
4.3.	Основные ожидаемые промежуточные (по этапам) и конечные результаты реализации программы .....	106
5.	<b>КРИТЕРИИ ФОРМИРОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К УЧАСТИЮ И УЧАСТИЯ В МЕЖДУНАРОДНЫХ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ ПО ПЛАВАНИЮ, НЕ ВКЛЮЧЕННЫМ В ПРОГРАММУ ИГР ОЛИМПИАДЫ .....</b>	<b>107</b>
6.	<b>ПЕРЕЧЕНЬ И ОПИСАНИЕ ОСНОВНЫХ ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ, СРОКИ ИХ ВЫПОЛНЕНИЯ ПО ЭТАПАМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ. ОБЪЕМЫ И ИСТОЧНИКИ ФИНАНСИРОВАНИЯ .....</b>	<b>110</b>
7.	<b>ЦЕЛЕВАЯ КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ К ИГРАМ ОЛИМПИАДЫ .....</b>	<b>129</b>
7.1.	Цели и задачи целевой комплексной программы, целевые показатели деятельности Федерации по подготовке к участию олимпийской команды России по плаванию на предстоящих Играх Олимпиады .....	129
7.2.	Целевые показатели выступления спортивной сборной команды Российской Федерации на предстоящих Играх Олимпиады .....	133
7.3.	Основы подготовки российских спортсменов к предстоящим Играм Олимпиады .....	135
7.3.1.	Использование передовых методик спортивной подготовки кандидатов в спортивные сборные команды Российской Федерации..	135

7.3.2.	Модельные характеристики соревновательной деятельности сильнейших спортсменов по плаванию .....	136
7.3.3.	Этапные модельные характеристики специальной физической подготовленности сильнейших спортсменов по плаванию .....	139
7.3.4.	Этапы подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации к Играм и динамика тренировочных нагрузок .....	145
7.3.5.	Система планирования учебно-тренировочных мероприятий спортивной сборной команды Российской Федерации при подготовке к Играм .....	147
7.3.6.	Система планирования спортивных соревнований, направленных на подготовку спортивной сборной команды Российской Федерации к Играм .....	148
7.3.7.	Субъекты Российской Федерации, специализирующиеся на подготовке спортивного резерва по плаванию .....	149
7.4	Критерии формирования олимпийской команды России для подготовки и выступлению в предстоящих Играх .....	150
7.4.1.	Критерии отбора спортсменов для включения их в состав спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию для участия в международных спортивных соревнованиях .....	150
7.4.2.	Критерии отбора спортсменов для включения их в состав спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию для участия в тренировочных мероприятиях .....	153
7.4.3.	Список наиболее вероятных спортсменов - кандидатов в спортивную сборную команду Российской Федерации по плаванию для участия в предстоящих Играх .....	154
7.5.	Научно-методическое, медико-биологическое, медицинское и антидопинговое обеспечение спортивной сборной команды Российской Федерации .....	157
7.5.1.	Анализ эффективности подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации в течение четырех лет, предшествующих периоду разработки программы, на основании данных научно-методического обеспечения, медико-биологического, медицинского и антидопингового обеспечения .....	157
7.5.2.	План организации мероприятий научно-методического, медико-биологического и медицинского обеспечения спортивной сборной команды Российской Федерации .....	161
7.5.3.	Обследования соревновательной деятельности (далее - ОСД), этапные комплексные обследования (далее - ЭКО), текущие обследования (далее - ТО), углубленные медицинские обследования (далее - УМО) .....	166
7.5.4.	Задачи проведения ОСД, ТО, ЭКО, УМО, общие и специфические для плавания показатели ОСД, ТО, ЭКО, УМО (по этапам годичного цикла подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации) .....	166

7.5.5.	Планирование подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации к предстоящим Играм (на четырехлетие и по этапам годового цикла), включая планируемые сроки проведения ЭКО, ТО, ОСД, УМО .....	171
7.5.6.	Прогноз динамики состояния подготовленности спортсменов спортивной сборной команды Российской Федерации в период подготовки к предстоящим Играм (по этапам годового цикла)...	174
7.5.7.	План мероприятий медицинского и медико-биологического обеспечения спортивной сборной команды Российской Федерации .....	179
7.5.8.	План мероприятий антидопингового обеспечения спортивной сборной команды Российской Федерации .....	184
7.5.9.	Сведения о необходимости разработки и внедрения новых методик подготовки спортивного резерва по плаванию .....	189
7.6.	Условия реализации учебно-тренировочного процесса, в том числе используемые объекты спорта или места подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации .....	190
7.6.1.	План подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации (централизованная подготовка, индивидуальные планы подготовки) к Играм (многолетний план и план по этапам годового цикла) .....	190
7.6.2.	Средства повышения работоспособности и восстановления, используемых при подготовке спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию .....	193
7.6.3.	Объекты спорта, соответствующие современным требованиям, для осуществления тренировочного процесса в целях подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации на территории Российской Федерации и за ее пределами, включая анализ их достаточности .....	200
7.6.4.	Места проведения и условия подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки .....	202
7.7.	Структура спортивной сборной команды Российской Федерации, в том числе кадровая .....	203
7.8.	Планируемые мероприятия по повышению квалификации тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта .....	213
7.9.	Материально-техническое и финансовое обеспечение подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации .....	221

## ВВЕДЕНИЕ

Настоящая Программа развития вида спорта плавание в Российской Федерации (далее – Программа) разработана на период 2025-2028 годы в соответствии с пунктом 5 части 3 статьи 16 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Порядком разработки и представления общероссийскими спортивными федерациями в Министерство спорта Российской Федерации программ развития соответствующих видов спорта, утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30 июня 2021 г. № 503 (зарегистрирован Минюстом России 6 августа 2021 г., регистрационный № 64568).

Программа разработана в соответствии с государственной программой Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», утвержденной постановлением Правительства от 30.09.2021 № 1661, федеральным проектом «Спорт-норма жизни», утвержденным протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Демография» от 14.12.2018 № 3, Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 года № 3081-р.

С 22.11.2024 Общественная организация «Всероссийская федерация плавания» (ВФП) переименована в Общественную организацию плавания, водного поло, синхронного плавания, прыжков в воду «Федерация водных видов спорта России» (ФВВСП). Основания - Протокол отчетно-выборной конференции ВФП от 31.10.2024; запись, внесенная 22.11.2024 в ЕГРЮЛ о государственной регистрации изменений, внесенных в учредительный документ юридического лица и внесении изменений в сведения о юридическом лице, содержащиеся в ЕГРЮЛ.

## 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование Программы	Программа развития плавания в Российской Федерации на 2025-2028 годы
Наименование Федерации	Общественная организация плавания, водного поло, синхронного плавания, прыжков в воду «Федерация водных видов спорта России» (ФВВСП)
Реквизиты документа, принятого постоянно действующим руководящим коллегиальным органом Федерации, об одобрении Программы	Протокол заседания Президиума Всероссийской федерации плавания № 7 от 25.09.2024 г.

Цель программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- создание условий, обеспечивающих возможность эффективного развития вида спорта «плавание» в Российской Федерации, включая его массовые формы;</li> <li>- укрепление позиций и повышение престижа российского плавания на международной арене.</li> </ul>
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повышение эффективности подготовки спортсменов спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию к крупнейшим международным спортивным соревнованиям, в том числе к Олимпийским Играм;</li> <li>- повышение качества организации и проведения всероссийских соревнований, массовых мероприятий, в том числе внесоревновательных, направленных на поддержку и популяризацию вида спорта «плавание»;</li> <li>- совершенствование деятельности ФВВСП для усиления, поддержки и активизации деятельности региональных спортивных федераций по плаванию;</li> <li>- модернизация системы подготовки и повышения квалификации тренеров и иных специалистов по виду спорта «плавание»;</li> <li>- совершенствование системы подготовки спортивного резерва;</li> <li>- укрепление материально-технической базы и развитие инфраструктуры вида спорта «плавание»;</li> <li>- развитие и совершенствование системы освещения в средствах массовой информации мероприятий по виду спорта «плавание»;</li> <li>- содействие в улучшении социальной защищенности спортсменов, тренеров, судей, специалистов и других лиц, работающих в интересах развития вида спорта «плавание» в Российской Федерации;</li> <li>- повышение эффективности системы борьбы с допингом во взаимодействии с Международной федерацией плавания World Aquatics (WA), Всемирным антидопинговым агентством (далее - ВАДА), Российским антидопинговым агентством «РУСАДА» (далее – «РАА «РУСАДА») и иными организациями.</li> </ul>
Приоритетные направления	<p>Развитие спорта высших достижений. Развитие массового спорта. Развитие детско-юношеского спорта (в том числе школьный спорт). Развитие студенческого спорта. Обеспечение качественной подготовки спортивного резерва. Развитие вида спорта «плава-</p>



	<p>ние» в субъектах Российской Федерации. Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним. Развитие международного спортивного сотрудничества. Пропаганда и популяризация вида спорта «плавание». Организация и проведение физкультурных мероприятий и спортивных соревнований (в том числе международных). Создание спортивной инфраструктуры (в том числе реконструкция и строительство объектов спорта). Подготовка тренеров и иных специалистов по виду спорта «плавание».</p>
<p>Целевые показатели реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- численность занимающихся видом спорта «плавание» в Российской Федерации;</li> <li>- численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в учреждениях спортивной подготовки;</li> <li>- количество отделений по виду спорта «плавание» в учреждениях спортивной подготовки;</li> <li>- количество тренеров (в том числе штатных) по виду спорта «плавание»;</li> <li>- количество судей по виду спорта «плавание»;</li> <li>- количество медалей, завоеванных спортсменами-пловцами на крупнейших международных спортивных соревнованиях (в том числе Олимпийских Играх).</li> </ul>
<p>Объемы и источники финансирования</p>	<p>Объемы финансирования 2 712,5 млн. руб.<sup>1</sup>          Источники финансирования: Федеральный бюджет, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования</p>
<p>Ожидаемые результаты реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повышение уровня и качества организации и проведения спортивных и физкультурных мероприятий по виду спорта «плавание»;</li> <li>- регулярная и эффективная работа ФВВСП с региональными спортивными федерациями по плаванию;</li> <li>- современная система подготовки и повышения квалификации тренеров и иных специалистов по виду спорта «плавание»;</li> <li>- усовершенствованная система подготовки спортивного резерва;</li> <li>- современные материально-техническая база и инфраструктура вида спорта «плавание» в стране;</li> <li>- эффективная система подготовки спортсменов</li> </ul>

<sup>1</sup> Расчёт произведен исходя из предполагаемого финансирования. В случае изменения объемов финансирования объем и перечень мероприятий может быть скорректирован

	<p>спортивной сборной команды России по плаванию к крупнейшим международным спортивным соревнованиям, в том числе к Играм Олимпиады 2028 года;</p> <p>- усовершенствованная система освещения в средствах массовой информации мероприятий по виду спорта «плавание»;</p> <p>- эффективная социальная защищенность спортсменов, тренеров, судей, специалистов и других лиц, работающих в интересах развития вида спорта «плавание» в Российской Федерации;</p> <p>- эффективная система борьбы с допингом во взаимодействии с ВА, ВАДА, «РАА «РУСАДА» и иными организациями.</p>
Механизм реализации Программы	Неукоснительное выполнение программных мероприятий и контроль за достижением ожидаемых конечных результатов.
Сроки и этапы реализации Программы	Первый этап (2025-2026 годы) Второй этап (2027-2028 годы)
Контроль реализации Программы	Контроль реализации Программы осуществляет Президиум ФВВСР.

## 2. АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ВИДА СПОРТА В МИРЕ

### 2.1. Анализ тенденций развития вида спорта и его спортивных дисциплин в Европе и других странах мира

Одним из объективных показателей развития вида спорта «плавание» и соотношения спортивных сил в плавании различных стран являются результаты пловцов этих стран на Олимпийских играх — самых крупных международных соревнованиях нашего времени. Успехи и неудачи на Играх отражают проделанную в странах спортивную работу по плаванию.

На Олимпийских Играх в плавании разыгрываются 37 комплектов наград (по 18 у мужчин и женщин и 1 в смешанной комбинированной эстафете 4x100м), включая две награды на 10-километровых заплыва в открытой воде.

Первой из советских пловцов золотую олимпийскую медаль завоевала в 1964-м году (Токио) **Галина Прокуменщикова** на дистанции 200 м брасс.

Самыми титулованными российскими пловцами остаются **Владимир Сальников** – 4-кратный олимпийский чемпион (3 золотые медали в Москве 1980г., 1 золотую медаль в Сеуле 1988г.), 4-кратный чемпион мира, 5-кратный чемпион Европы. Установил более 20 мировых рекордов на дистанциях 400, 800 и 1500 м вольным стилем и **Александр Попов** – 4-кратный олимпийский чемпион (2 золотые медали в Барселоне 1992г. и 2 золотые ме-

дали в Атланте в 1996г.), 3-кратный чемпион мира, 20-кратный чемпион Европы и рекордсмен мира на дистанциях 50 м вольным стилем и 100 м вольным стилем.

Первой олимпийской чемпионкой в плавании на открытой воде на дистанции 10 км стала **Лариса Ильченко** (золотая медаль в Пекине в 2008г.)

Таблица 1 - Динамика рекордов мира, установленных на чемпионатах мира и Олимпийских играх.

Наименование дистанции	2016г. ОИ (Рио-де-Жанейро) <i>Бассейн 50м</i>	2017г. ЧМ (Будапешт) <i>Бассейн 50м</i>	2019г. ЧМ (Кванджу) <i>Бассейн 50м</i>	2021г. ОИ (Токио) <i>Бассейн 50м</i>	2024 г. ОИ (Париж) <i>Бассейн 50 м</i>
Женщины	5	6	4	3	-
Мужчины	2	2	5	2	2
Смешанная комбинированная эстафета 4x100м	-	2	-	1	1
Смешанная эстафета 4x100м вольным стилем	-	1	1	-	-
Женская комбинированная эстафета 4x100м	-	-	-	-	1

Анализ научных и методических публикаций, а также публикаций ведущих специалистов в области спортивного плавания в средствах массовой информации позволяет выделить основные тенденции развития вида спорта плавание в мире.

1. Во всем мире все более актуализируется разработка и использование современных технологий для подготовки пловцов. Современные технологии и инновации играют важную роль в улучшении результатов пловцов. Современные мировые тенденции в подготовке высококвалифицированных пловцов связаны с совершенствованием педагогических, медико-биологических и биомеханических аспектов тренировочного процесса в плавании, со всё более широким использованием внутренировочных и внесоревновательных факторов системы спортивной подготовки, специального инвентаря, оборудования и тренажеров, средств восстановления, климатических факторов, организационных моментов.

Большое внимание уделяется разработке новейших современных подходов и способов повышения результативности выступления спортсменов на главных национальных стартах и крупнейших международных соревнованиях. При этом основной задачей является создание необходимых условий для достижения спортсменом кондиций, наиболее приближенных к «идеальной модели». В этой связи одним из ключевых компонентов многомерной системы подготовки высококвалифицированных спортсменов является рационально организованная и эффективная система тренировок. Продолжается поиск оптимальных вариантов планирования тренировочного процесса в плавании. В последнее время появилась помимо традиционной и блоковой периодизации тренировок новая модель - «обратная периодизация тренировок». Продолжается изучение различных характеристик техники плавания в целях определения возможности выявления «идеальной модели движений», которой должны придерживаться спортсмены для достижения наиболее высокой результативности. Научные подходы, новое оборудование и методы тренировок формируют новые стандарты в мировом плавании.

Особое внимание стало уделяться совершенствованию технологий управления тренировочным процессом пловцов. Управление тренировочным процессом - система воздействий на спортсмена с целью перевода его с одного (исходного) уровня спортивной подготовленности на некоторый заданный другой уровень для достижения намеченных спортивных результатов. Управление тренировочным процессом всегда базируется на некоторых принятых человеком, осуществляющим управление (субъектом управления), специальных конкретных принципах, концепциях, методах, правилах, но корректируется в соответствии со складывающимися реальными условиями и самим ходом управления. Управление спортивной подготовкой осуществляется целевым подбором и дозированной реализацией воздействий на спортсменов. Управление тренировочным процессом предусматривает комплексное использование всех возможностей системы спортивной тренировки (закономерностей, принципов, положений, средств и методов). С одной стороны, это определяет чрезвычайную сложность управления спортивной тренировкой, а с другой стороны, его большую эффективность в случае обоснованности реализованных решений.

2. На современном этапе развития плавания крайне актуализируется необходимость выстраивания и эффективного функционирования системы поиска, качественного отбора и селекции юных талантливых спортсменов уже на самых ранних этапах систематических занятий спортивным плаванием и дальнейшее их сопровождение.

Современная мировая практика и научные исследования свидетельствуют о том, что наивысшие достижения в плавании доступны лишь особенно одаренным спортсменам, обладающим редкими морфологическими свойствами, высочайшим уровнем физических и психических способностей, а также технического и тактического мастерства. А поскольку мало кто обладает соответствующим комплексом задатков, проблема их поиска отличается сложностью и остротой.

Общий методологический подход к решению проблемы отбора и диагностики спортивных способностей заключается в следующем:

- выявить требования вида спорта к спортсмену, то есть определить те основные качества и свойства, которые присущи выдающимся представителям данного вида спорта (речь идет о составлении так называемой спортограммы);

- определить степень обусловленности спортивного результата у сильнейших атлетов уровнем развития отдельных качеств и свойств;

- выявить у новичков – кандидатов в будущие чемпионы и рекордсмены - задатки совершенствования необходимых для данного вида спорта и, в большей, мере генетически обусловленных качеств.

В основу отбора способных и одаренных детей в спортивной практике положены как психолого-педагогические, так и морфофункциональные предпосылки. Для плавания как спортивной дисциплины характерно раннее начало занятий, и становление спортивного мастерства совпадает с одним из важнейших периодов жизни - половым созреванием. Становится очевидным, что отличительная особенность отбора в плавании - необходимость поиска спортивно одаренных спортсменов до завершения происходящих в их организме биологических процессов роста и развития, а поиск эффективных критериев для отбора - одна из важнейших задач, определяющих конечный спортивный успех.

Прогнозирование потенциальных достижений спортсмена может быть осуществлено на основе стабильности показателей, принятых в качестве критериев спортивной пригодности к специализации в определенном виде спорта. Если признак, положенный в основу отбора, неустойчив, а тенденции его развития случайны, он не может служить надежным показателем для выбора дальнейшей спортивной ориентации.

С точки зрения прогностической значимости проявляется следующая иерархия факторов, подлежащих учету в исходной проверке способностей юных представителей большинства видов спорта:

- наследственность (генетическая предрасположенность в целом);
- антропометрические данные;
- координационные предпосылки;
- функциональные и физические задатки;
- особенности психики.

3. В условиях обострения конкуренции в спорте и выравнивания количественных параметров тренировочной деятельности и мастерства ведущих спортсменов повышается значение дополнительных эргогенических средств, позволяющих направленно интенсифицировать тренирующие воздействия. Уже сейчас в спортивной подготовке используется широкий круг различных по характеру влияния на организм средств, факторов и условий, которые в сочетании со специальными физическими упражнениями в значительной степени усиливают воздействие на динамику подготовленности спортсменов и способствуют повышению их тотальной работоспособности.

Использование дополнительных эргогенических средств, становится в настоящее время необходимым элементом современных технологий тренировочного процесса в спорте, и большинство этих средств включается в единый комплексный план подготовки. Дальнейшее внедрение в практику спорта технологий использования эргогенических средств, несомненно, будет все больше сказываться на уровне обеспечения спортивной подготовки.

Отмечается, что в настоящее время в тренировочном процессе спортсменов следует использовать не только физические упражнения, разнообразно структурируя их в рамках тех или иных методов, но и в обязательном порядке необходимо применять уже не как дополнительные, а как интегративно составляющие средства целенаправленного воздействия на ключевые для определенной специфической спортивной деятельности функциональные процессы, свойства, функциональные системы.

Установлено, что повышение скорости формирования и всесторонняя оптимизация адаптации может быть обеспечена использованием ряда средств направленного воздействия на функциональные системы организма, участвующих в адаптационных процессах, определяющих и лимитирующих их. Дополнительные эргогенные средства в этом случае выступают в качестве дополнительных адаптогенных факторов, использование которых открывает широкие возможности более точного дозирования тренировочных воздействий и оптимизации эффекта тренирующих воздействий в целом.

Использование дополнительных функциональных нагрузок как на организм в целом, так и на отдельные функциональные системы, например, на дыхательную (тренировка в условиях среднегорья при «гипоксической гипоксии», повышенное сопротивление дыханию, дыхание через дополнительное «мертвое» пространство, произвольная гиповентиляция и др.) при мышечной работе способствует формированию более совершенных адаптационных механизмов и повышению аэробной производительности.

При этом особо отмечается, что такие технологии в обязательном порядке должны учитывать особенности влияния тех или иных эргогенических средств на организм спортсмена в зависимости от этапа многолетней подготовки, обеспечивать их дифференциацию в различные периоды и этапы тренировочного макроцикла и в соответствии со спецификой мышечной деятельности.

4. Современная система подготовки пловцов строится с учетом результатов научно-методического обеспечения, предполагающего получение информации о текущих и кумулятивных изменениях в организме спортсменов, динамике показателей всех видов подготовленности, внутренировочных и внесоревновательных факторах и др.

Всё более актуализируется необходимость совершенствования системы комплексного и дифференцированного контроля состояния пловцов и уровня их подготовленности. Ключевым звеном такой системы должна быть технология диагностики и оценки специальной физической и функциональной подготовленности, дифференцированной в зависимости от индивидуальных особенностей, половой принадлежности, возраста и уровня текущей специ-

альной подготовленности. Такой методический инструмент должен обеспечивать с необходимым уровнем точности, оперативности и объективности осуществление текущего и долговременного тотального мониторинга способностей и подготовленности пловцов на всем протяжении многолетней спортивной тренировки.

Мониторинг и оценка функциональной подготовленности организма спортсменов должны базироваться на четком представлении о составе, взаимодействии, уровне развития и степени воздействия различных факторов на физическую работоспособность в рамках специфической структуры спортивного двигательного акта.

По-прежнему остается весьма высокой актуальность разработки надежных, информативных и унифицированных тестирующих процедур, испытаний и проб, а также определение контрольных нормативов в зависимости от самого широкого круга факторов, которые в той ли иной степени оказывают влияние на реализацию тренирующих воздействий, интенсивность восстановительных процессов, эффективность соревновательной деятельности.

В настоящее время одной из методологических основ системы диагностики и оценки подготовленности пловцов выступает представление о поэтапном, последовательном и гетерохронном вовлечении в обеспечение физической работоспособности спортсменов факторов (свойств, качеств, механизмов) различных категорий (морфо-функциональной мощности, функциональной мобилизации, функциональной устойчивости и функциональной экономичности-эффективности). В соответствии с представлением о поэтапно-последовательном и гетерохронном включении факторов различных категорий в обеспечение физической работоспособности спортсменов диагностика и оценка состояния и уровня подготовленности пловцов осуществляется дифференцированно в зависимости от этапа многолетней подготовки спортсменов.

5. Еще одна важная тенденция развития спортивного плавания в мире связана с цифровизацией всех аспектов тренировочной, соревновательной деятельности и научно-методического обеспечения подготовки пловцов.

В связи с развитием спорта, увеличением информационных потоков, необходимостью их оперативной обработки, актуализируется потребность в разработке и внедрении автоматизированных систем. Внедрение разнообразных интеллектуальных систем в сферу спортивной деятельности позволяет значительно повысить эффективность тренировок, как в качественном, так и в количественном отношении, что, в свою очередь, ведёт к улучшению спортивных результатов.

В настоящее время информационные системы и автоматизация становятся необходимым элементом многих процессов спортивной деятельности. Решение частных вопросов, связанных с автоматизацией, осуществляется с помощью специализированных программных продуктов, которые позволяют проанализировать состояние спортсмена. На основе полученных данных можно определить предрасположенность индивида к определённому виду

спорта и выявить его потенциал. Использование мониторинга как диагностического инструментария в системе многолетней подготовки пловцов позволяет объективно оценить уровень функциональной и специальной физической подготовленности спортсменов и на этой основе эффективно управлять тренировочным процессом. При этом оперативная диагностика и динамическая оценка состояния организма спортсменов должны строиться на основе современных неинвазивных методов и автоматизированных цифровых технологий.

6. Кроме выше изложенного, в современном плавании всё более четко проявляется еще ряд тенденций, в основном связанных с организацией соревнований всех уровней. К таким тенденциям относятся:

- дополнение программы соревнований «сверхкоротким» спринтом. Это повысило зрелищность состязаний пловцов и расширило круг болельщиков. Мировое плавание продолжает быть динамичным и захватывающим видом спорта. Звезды плавания в различных странах формируют тенденции, и соревнования мирового уровня продолжают привлекать внимание публики;
- совершенствование системы розыгрыша Кубка мира в плавании на «короткой» воде (25-метровые бассейны). В год проводится 10–12 стартов;
- развитие прикладных аспектов плавания. Например, непрерывные занятия по плаванию со студентами вузов, эффективность оздоровительных тренировок, обучение плаванию детей разных возрастов;
- коммерциализация соревнований.

## **2.2. Сравнительный анализ результатов выступления спортивной сборной команды Российской Федерации за предыдущие четыре года**

2021-2024 соревновательные годы ввиду, сначала пандемийных ограничений, а затем в связи со сложной международной обстановкой и продолжающимся отлучением российских спортсменов от главных международных состязаний, для сборной команды России по плаванию, были весьма своеобразными и противоречивыми по своим итогам. С одной стороны, затянувшийся период без полноценной соревновательной практики на международных турнирах весьма негативно сказался на мотивационном компоненте подготовки ведущих пловцов сборной команды, особенно в самом начале отстранения.

С другой стороны, после предпринятых мер со стороны Всероссийской федерации плавания и Минспорта Российской Федерации сложившиеся обстоятельства выступили мощным стимулом для работы тренеров и опытных пловцов в условиях «заочного» соперничества с ведущими плавательными державами мира и дали новый импульс развития молодым амбициозным спортсменам, что существенно повысило конкуренцию в рядах сборных команд всех уровней.

Необходимо особо отметить, что руководство Всероссийской федерации плавания и Министерства спорта Российской Федерации своевременно начали проводить грамотную продуманную политику, направленную на со-



хранение потенциала и повышение его уровня в сложных условиях сложившегося международного положения. Был осуществлен ряд важнейших мероприятий, направленных на стимулирование работы по подготовке пловцов сборных команд России, на нивелирование негативных эффектов тотального отстранения российских пловцов от международных состязаний.

Прежде всего, было принято решение сохранить и распространить все преференции спортсменам и тренерам за высокие спортивные результаты, продемонстрированные на «альтернативных» соревнованиях, проводимых в России и в дружественных странах в сроки, сопоставимые со временем проведения главных международных турниров. Это касалось как морально-статусных поощрений (присвоение почетных званий спортсменам и тренерам), так и материальных вознаграждений (премии за призовые места и рекорды).

При этом основанием для соответствующих поощрений и вознаграждений явились показатели «заочного» зачёта спортивных результатов российских пловцов при сопоставлении с результатами, показанными зарубежными спортсменами на главных международных соревнованиях (чемпионаты мира, Европы и др.).

Сборная команда, претендующая на успешное выступление на Олимпийских играх, должна быть на 100% укомплектована пловцами, имеющими личные результаты на уровне 900 очков WA и выше. При этом для позитивного прогноза по каждому кандидату в сборную команду одним из важнейших критериев является наличие положительной динамики роста спортивного результата в течение 3-4 лет, предшествующих главному старту. Спортсмены, имеющие отрицательную динамику результатов, находятся в зоне риска и должны сделать соответствующие выводы и существенно скорректировать или перестроить подготовку.

Имея в виду всё вышеизложенное, нами был осуществлен анализ выступлений ведущих спортсменов основного состава сборной команды России и пловцов юношеской команды, которые потенциально могут выйти в финальную часть Олимпийского турнира по плаванию, и имеющих спортивные результаты на основных дистанциях, оцениваемые в 900 и более очков по таблице WA, а для юношеского состава, имеющих спортивный результат не менее 90 % от нормативной траектории достижения рекордных результатов.

**Итоги выступления российских пловцов в сезоне 2023 г. оценивались по следующим критериям:**

1. Динамика результатов спортсменов все сборных команд России в 2023 году по сравнению с 2022 годом.
2. Уровень результатов, показанных на чемпионате России и в финале кубка России, сравнительно с результатами чемпионата мира 2023 года.
3. Уровень результатов юношеской команды России на чемпионате России, в финале кубка России, на первенстве России сравнительно с результатами юношеского первенства Европы (м: 2004-2007, д: 2005-2008 г.р.).
4. Уровень результатов юниорской команды на юниорском первенстве России, в финале кубка России, на международных соревнованиях в Китае,

соревнованиях СНГ в Бресте (Р. Беларусь) сравнительно с результатами Олимпийских дней Европы (юн: 2007-2008, дев: 2008-2009 г.р.).

5. Место в мировом рейтинге 2023 г., бассейн 50 м (и динамика представительства в рейтинге по сравнению с 2022 годом).

6. Место в Российском рейтинге 2023 г., бассейн 50 м (и динамика представительства в рейтинге по сравнению с 2022 годом).

7. Представительство в первой десятке мирового и российского рейтинга (и динамика представительства в первой десятке по сравнению с 2022 годом).

8. Представительство в мировом и российском рейтинге пловцов молодежного состава сборной команды России.

9. Кадры: сохранение и ротация тренеров и специалистов.

Результаты проведенного анализа представлены в таблицах 2-5.

Для наглядности красным цветом выделены лучшие результаты, жёлтым – средние, зеленым - худшие результаты.

Таблица 2 - Динамика результатов пловцов мужчин основного состава сборной команды России за период с 2021 по 2023 гг.

<b><i>Рылов Е., 1996 г.р.</i></b>								
Год	Дистанция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистанция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 н/с	51,98	993	99,3	100 н/с	50,55	873	87,3
2022	100 н/с	53,20	925	92,5	100 н/с	50,03	901	90,1
2023	100 н/с	52,80	933	93,3				
<b><i>Колесников К., 2000 г.р.</i></b>								
Год	Дистанция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистанция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 н/с	52.00	991	99,0	50 н/с	22.47	966	96,6
2022	50 н/с	23.93	983	98,3	50 н/с	22.11 WR	1014	101,4
2023	50 н/с	23.55 WR	1020	102,0				
<b><i>Минаков А., 2002 г.р.</i></b>								
Год	Дистанция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистанция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 в/с	47.77	946	94,6	100 батт	49.21	933	93,3
2022	100 батт	52.09	855	85,5	50 батт	22.30	927	92,7
2023	100 в/с	48.32	912	91,2				
<b><i>Пригода К., 1995 г.р.</i></b>								
Год	Дистанция	Результат	Очки	%	Дистанция	Результат	Очки	%

	ция	(басс. 50 м)	WA		ция	(басс. 25 м)	WA	
2021	200 брасс	2:08.84	937	93,7	-			
2022	200 брасс	2:07.25	973	97,3	200 брасс	2:01.50	967	96,7
2023	200 брасс	2:07.47	964	96,4				

**Костин О., 1992 г.р.**

Год	Дистан- ция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	50 брасс	27.31	857	85,7	50 батт	22.36	922	92,2
2022	50 батт	22.72	941	94,1	50 батт	22.21	939	93,9
2023	50 батт	22.62	954	95,4				

**Гирёв И., 2000 г.р.**

Год	Дистан- ция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 в/с	48.34	913	91,3	200 в/с	1:42.77	903	90,3
2022	200 в/с	1:47.03	865	86,5	200 в/с	1:41.25	945	94,5
2023	100 в/с	47.78	943	94,3				

**Бородин И., 2003 г.р.**

Год	Дистан- ция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	400 к/П	4:11.17	913	93,0	400 к/П	3:56.47	979	99,0
2022	400 к/П	4:08.05	949	95,0	400 к/П	3:57.88	961	96,0
2023	400 к/П	4:09.12	937	93,7				

**Степанов А., 2003 г.р.**

Год	Дистан- ция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	1500 в/с	15:11.28	873	88,0	1500 в/с	14:40.15	894	91,0
2022	1500 в/с	14:58.23	911	91,1	800 в/с	7:36.57	916	91,6
2023	800 в/с	7:42.47	934	93,4				

**Гринёв В., 1996 г.р.**

Год	Дистан- ция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 в/с	47.85	942	94,0	100 в/с	45.95	935	93,5
2022	100 в/с	47.78	946	94,6	100 в/с	47.05	865	86,5
2023	100 в/с	47.97	932	93,2				

**Корнев Е., 2004 г.р.**

Год	Дистан- ция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 в/с	51.31	764	79,0	100 в/с	48.44	798	83,0

<b>2022</b>	100 в/с	49.55	848	86,0	100 в/с	47.44	844	86,0
<b>2023</b>	100 в/с	47.98	931	93,1				
<b>Самусенко П., 2001 г.р.</b>								
Год	Дистанция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистанция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	50 н/с	24.88	897	90,0	100 н/с	49.33	940	94,0
<b>2022</b>	100 н/с	53.16	927	92,7	50 н/с	22.85	919	92,0
<b>2023</b>	50 н/с	24.28	931	93,1				
<b>Жихарев П., 1999 г.р.</b>								
Год	Дистанция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистанция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	100 батт	52.16	854	85,4	200 батт	1:53.22	873	
<b>2022</b>	100 батт	51.08	907	90,7	200 батт	1:52.90	881	88,0
<b>2023</b>	100 батт	50.88	918	91,8				
<b>Юрченко Е., 2001 г.р.</b>								
Год	Дистанция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистанция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	100 батт	54.39	753	75,3	50 батт	23.00	845	84,5
<b>2022</b>	50 батт	23.39	863	86,3	50 батт	22.66	884	88,4
<b>2023</b>	50 батт	22.94	914	91,4				
<b>Семьянинов Д., 1998 г.р.</b>								
Год	Дистанция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистанция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	200 брасс	2:12.39	864	86,4	-			
<b>2022</b>	200 брасс	2:11.03	891	89,0	100 брасс	56.25	949	95,0
<b>2023</b>	200 брасс	2:09.82	913	91,3				
<b>Мартынычев К., 2022 г.р.</b>								
Год	Дистанция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистанция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	1500 в/с	14:55.85	919	92,0	1500 в/с	14:26.40	937	94,0
<b>2022</b>	1500 в/с	14:55.79	919	92,0	-			
<b>2023</b>	1500 в/с	14:57.90	912	91,2				
<b>Шевляков Р., 1998 г.р.</b>								
Год	Дистанция	Результат	Очки	%	Дистанция	Результат	Очки	%

	станция	(басс. 50 м)	WA		ция	(басс. 25 м)	WA	
2021	50 батт	23.25	878	87,8	50 батт	22.44	910	91,0
2022	50 батт	22.78	934	93,4	50 батт	22.52	900	90,0
2023	50 батт	22.96	912	91,2				
<i>Доринов М., 1995 г.р.</i>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	200 брасс	2:10.07	911	91,1	200 брасс	2:02.07	953	95,3
2022	200 брасс	2:10.29	907	90,7	200 брасс	2:03.19	928	93,0
2023	200 брасс	2:10.12	906	90,6				
<i>Николаев А., 1992 г.р.</i>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	50 брасс	26.99	888	88,8	50 брасс	26.05	910	91,0
2022	50 брасс	26.66 PP	922	92,2	100 брасс	57.79	875	87,5
2023	50 брасс	26.84	903	90,3				
<i>Савенко Д., 2002 г.р.</i>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 н/с	55.57	812	81,2	200 н/с	1:51.61	847	84,7
2022	100 н/с	54.16	877	87,7	200 н/с	1:51.19	857	87,7
2023	100 н/с	53.42	901	90,1				
<i>Малютин М., 1999 г.р.</i>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	400 в/с	3:45.92	924	92,4	-			
2022	200 в/с	1:46.14	887	88,7	-			
2023	200 в/с	1:45.63	900	90,0				
<i>Кожякин И., 1997 г.р.</i>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	-				100 брасс	57.99	869	87,0
2022	50 брасс	27.24	864	86,4	100 брасс	57.53	887	88,7
2023	100 брасс	59.04	894	89,4				
<i>Шаталов Д., 1999 г.р.</i>								
Год	Ди-	Результат	Очки	%	Дистан-	Результат	Очки	%

	станция	(басс. 50 м)	WA		ция	(басс. 25 м)	WA	
2021	200 в/с	1:46.33	882	88,2	400 в/с	3:40.36	893	89,3
2022	400 в/с	3:47.17	909	91,0	400 в/с	3:40.36	893	89,3
2023	400 в/с	3:48.51	893	89,3				
<b>Вековищев М., 1998 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 батт	51.40	893	90,0	200 в/с	1:44.39	862	86,2
2022	100 в/с	48.84	886	88,6	50 батт	22.61	890	89,0
2023	100 батт	51.37	892	89,2				
<b>Егоров А., 2001 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	400 в/с	3:46.17	921	92,0	1500 в/с	14:41.31	891	89,0
2022	400 в/с	3:47.03	910	91,0	800 в/с	7:41.40	887	88,7
2023	400 в/с	3:48.66	891	89,1				

Таблица 3 - Динамика результатов пловцов женщин основного состава сборной команды России за период с 2021 по 2023 гг.

<b>Чикунова Е., 2004 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	200 брасс	2:20.88	963	98,0	200 брасс	2:16.88	950	96,0
2022	200 брасс	2:20.41	969	98,0	200 брасс	2:14.70	997	101,0
2023	200 брасс	2:17.55 WR	1030	103,0				
<b>Каменева М., 1999 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	50 в/с	24.20 PP	935	93,5	100 н/с	57.83	933	93,3
2022	50 н/с	27.65	929	92,9	50 н/с	25.60	961	96,1
2023	100 н/с	59.06	920	92,0				
<b>Чимрова С., 1996 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 батт	57.65	891	89,0	100 батт	56.63	896	89,6
2022	100 батт	57.64	891	89,1	100 батт	57.61	850	85,0

<b>2023</b>	100 батт	57.34	905	90,5				
<b>Суркова А., 1998 г.р.</b>								
Год	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	50 в/с	24.53	898	90,0	50 батт	25.16	909	91,0
<b>2022</b>	100 батт	57.58	894	89,4	50 батт	24.84	945	94,5
<b>2023</b>	50 в/с	24.50	901	90,1				

Таблица 4 - Динамика результатов пловцов мужчин юношеского состава сборной команды России за период с 2021 по 2023 гг.

<b>Лифинцев М., 2006 г.р.</b>								
Год	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	50 н/с	26.49	743	88,0	-			
<b>2022</b>	100 н/с	55.19	829	89,0	50 нс	24.28	766	82,0
<b>2023</b>	100 н/с	52.96	924	95,6				
<b>Гусенков А., 2008 г.р.</b>								
-	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	100 н/с	1:01.24	606	80,0	-			
<b>2022</b>	200 к/п	2:08.83	692	89,0	200 в/с	1:51.85	701	90,0
<b>2023</b>	200 к/п	2:02.36	808	96,2				
<b>Нестеров М., 2009 г.р.</b>								
Год	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	-				-			
<b>2022</b>	800 в/с	9:15.11	540	72,0	400 в/с	4:10.71	606	80,0
<b>2023</b>	200 к/п	2:07.84	709	90,9				
<b>Жидков Р., 2007 г.р.</b>								
Год	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	200 к/п	2:15.82	591	76,0	-			
<b>2022</b>	100 в/с	52.29	722	86,0	100 в/с	49.60	738	88,0
<b>2023</b>	100 в/с	49.50	848	90,7				
<b>Акимов Р., 2005 г.р.</b>								
Год	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	400 в/с	3:59.95	771	82,0	400 в/с	3:52.08	764	82,0
<b>2022</b>	200 в/с	1:49.85	800	83,0	200 в/с	1:44.23	866	90,0
<b>2023</b>	200 в/с	1:46.06	889	90,1				
<b>Писецкий Д., 2007 г.р.</b>								
Год	Ди-	Результат	Очки	%	Дистан-	Результат	Очки	%



	станция	(басс. 50 м)	WA		ция	(басс. 25 м)	WA	
2021	100 басс	1:07.90	587	75,0	-			
2022	200 басс	2:19.09	745	89,0	200 басс	2:08.99	808	96,0
2023	200 басс	2:13.84	833	89,1				

Таблица 5 - Динамика результатов пловцов женщин юношеского состава сборной команды России за период с 2021 по 2023 гг.

<i>Мишарина К., 2009 г.р.</i>								
Год	Дистан-ция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 в/с	1:02.04	579	77,0	-			
2022	200 в/с	2:13.30	608	76,0	1500 в/с	16:17.43	828	104,0
2023	800 в/с	8:35.50	831	96,4				
<i>Дьякова С., 2008 г.р.</i>								
Год	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	400 в/с	4:22.40	731	91,0	1500 в/с	16:28.33	801	100,0
2022	1500 в/с	16:33.90	794	92,0	800 в/с	8:26.15	849	98,0
2023	400 в/с	4:07.17	874	93,5				
<i>Манохина К., 2009 г.р.</i>								
Год	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	50 н/с	31.86	607	80,0	-			
2022	100 в/с	57.36	732	92,0	100 в/с	55.28	751	94,0
2023	50 в/с	25.44	805	93,4				
<i>Галах П., 2010 г.р.</i>								
Год	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	-				-			
2022	100 в/с	1:06.78	464	64,0	100 н/с	1:03.86	635	84,0
2023	50 н/с	29.91	733	91,6				
<i>Шейнина Е., 2009 г.р.</i>								
Год	Ди-станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан-ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
2021	100 н/с	1:09.88	559	74,0	-			
2022	50 н/с	30.32	704	88,0	100 н/с	1:02.57	675	84,0



<b>2023</b>	50 н/с	29.19	789	91,5				
<b>Мунгалова А., 2010 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	-				-			
<b>2022</b>	200 к/п	2:26.52	637	84,0	100 батт	1:00.89	720	95,0
<b>2023</b>	100 батт	1:01.60	730	91,3				
<b>Кувычко А., 2008 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	200 к/п	2:24.92	659	82,0	-			
<b>2022</b>	200 н/с	2:20.44	677	79,0	800 в/с	8:54.22	722	84,0
<b>2023</b>	200 в/с	1:59.19	851	91,0				
<b>Реброва К., 2009 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	100 н/с	1:09.39	571	76,0	-			
<b>2022</b>	50 н/с	30.10	720	90,0	200 н/с	2:12.51	723	90,0
<b>2023</b>	50 н/с	29.31	779	90,4				
<b>Банит И., 2010 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	-				-			
<b>2022</b>	100 в/с	1:00.38	628	83,0	200 в/с	2:02.21	735	97,0
<b>2023</b>	200 в/с	2:06.06	719	90,0				
<b>Гузик Е., 2010 г.р.</b>								
Год	Ди- станция	Результат (басс. 50 м)	Очки WA	%	Дистан- ция	Результат (басс. 25 м)	Очки WA	%
<b>2021</b>	-				-			
<b>2022</b>	800 в/с	9:26.98	625	83,0	200 в/с	2:07.39	649	86,0
<b>2023</b>	200 в/с	2:06.13	718	90,0				

Приведены результаты только тех спортсменов, которые имеют 900 оков WA и более или результаты не менее 90% от нормативной траектории достижения рекордных результатов. Хотелось, чтобы тренеры обратили внимание и на тех спортсменов, которые не представлены в данном анализе.

После Олимпийских игр часть спортсменов имеют результаты, оцениваемые менее 900 очков по таблице WA, и это настораживает. Практика по-

казывает, если отрицательная динамика результатов наблюдается более трех лет подряд, ожидать хорошего результата не стоит.

Основная задача главного тренера, старшего тренера – помочь личным тренерам и спортсменам проанализировать проблемы, которые могут привести спортсмена к завершению карьеры или выпадению из круга потенциальных членов сборной команды страны.

Третий год наша сборная находится в изоляции, поэтому помимо сравнения с результатами зарубежных пловцов был проведен сравнительный анализ результативности победителей на чемпионате России и кубке России в 2022 году и в 2023 году (см. табл. 6-9).

Таблица 6 - Результативность победителей чемпионата России в 2022 и 2023 гг. (мужчины)

Дистанция	Время победителя ЧР 2022г.	Время победителя ЧР 2023г.	% разница
50 вольный стиль	21,69	21,91	99,0%
100 вольный стиль	47,78	47,97	99,6%
200 вольный стиль	1:46,44	1:45,63	100,8%
400 вольный стиль	3:47,03	3:48,01	99,6%
800 вольный стиль	7:48,19	7:42,47	101,2%
1500 вольный стиль	14:58,23	14:55,04	100,4%
50 брасс	26,66	26,73	99,7%
100 брасс	59,51	58,75	101,3%
200 брасс	2:07,79	2:07,47	100,3%
50 на спине	23,93	24,12	99,2%
100 на спине	53,03	52,54	100,9%
200 на спине	1:57,57	1:55,50	101,8%
50 баттерфляй	22,72	22,94	99,0%
100 баттерфляй	51,31	50,88	100,8%
200 баттерфляй	1:55,02	1:55,68	99,4%
200 комплекс	1:59,02	1:57,93	100,9%
400 комплекс	4:09,86	4:09,12	100,3%

Таблица 7 - Результативность победителей чемпионата России в 2022 и 2023 гг. (женщины)

Дистанция	Время победителя ЧР 2022г.	Время победителя ЧР 2023г.	% разница
50 вольный стиль	24,70	24,58	100,5%
100 вольный стиль	54,02	54,29	99,5%
200 вольный стиль	1:57,86	1:58,63	99,4%
400 вольный стиль	4:06,04	4:07,17	99,5%

800 вольный стиль	8:30,22	8:31,72	99,7%
1500 вольный стиль	16:18,09	16:27,73	99,0%
50 брасс	30,40	30,78	98,8%
100 брасс	1:06,66	1:04,92	102,7%
200 брасс	2:23,38	2:17,55	104,2%
50 на спине	27,73	28,01	99,0%
100 на спине	59,43	59,87	99,3%
200 на спине	2:11,75	2:10,72	100,8%
50 баттерфляй	25,61	25,30	101,2%
100 баттерфляй	57,69	57,34	100,6%
200 баттерфляй	2:08,80	2:08,09	100,6%
200 комплекс	2:14,84	2:13,20	101,2%
400 комплекс	4:46,18	4:44,20	100,7%

Таблица 8 - Результативность победителей кубка России в 2022 и 2023 гг. (мужчины)

Дистанция	Время победителя ЧР 2022г.	Время победителя ЧР 2023г.	% разница
50 вольный стиль	22,01	21,76	101,1%
100 вольный стиль	47,97	47,78	100,4%
200 вольный стиль	1:46,14	1:45,67	100,4%
400 вольный стиль	3:47,04	3:48,68	99,3%
800 вольный стиль	7:50,63	7:49,86	100,2%
1500 вольный стиль	14:55,79	15:00,11	99,5%
50 брасс	26,86	26,56	101,1%
100 брасс	58,97	58,76	100,4%
200 брасс	2:07,19	2:07,62	99,7%
50 на спине	24,16	23,68	102,0%
100 на спине	52,58	51,82	101,5%
200 на спине	1:57,44	1:55,79	101,4%
50 баттерфляй	22,78	22,71	100,3%
100 баттерфляй	51,58	51,06	101,0%
200 баттерфляй	1:54,56	1:56,10	98,7%
200 комплекс	1:58,30	1:57,30	100,9%
400 комплекс	4:08,05	4:09,80	99,3%

Таблица 9 - Результативность победителей кубка России в 2022 и 2023 гг. (женщины)

Дистанция	Время победителя ЧР 2022г.	Время победителя ЧР 2023г.	% разница
50 вольный стиль	24,80	24,59	100,9%

100 вольный стиль	53,48	53,93	99,2%
200 вольный стиль	1:58,42	1:59,34	99,2%
400 вольный стиль	4:07,76	4:07,82	100,0%
800 вольный стиль	8:44,10	8:33,01	102,2%
1500 вольный стиль	16:17,11	16:25,69	99,1%
50 брасс	30,75	30,67	100,3%
100 брасс	1:06,60	1:05,46	101,7%
200 брасс	2:20,41	2:19,71	100,5%
50 на спине	27,65	27,76	99,6%
100 на спине	59,26	59,06	100,3%
200 на спине	2:09,38	2:08,76	100,5%
50 баттерфляй	25,89	25,65	100,9%
100 баттерфляй	57,58	57,68	99,8%
200 баттерфляй	2:09,11	2:08,92	100,1%
200 комплекс	2:13,67	2:13,90	99,8%
400 комплекс	4:46,40	4:44,04	100,8%

Следует отметить появление в 2023 году большой когорты юношей, ворвавшихся в российскую и мировую элиту (Корнев Е. (2004 г.р.), 100 м в/с – 47,98; Акимов Р. (2005 г.р.), 200 м/с – 1:46,06; Косенков Д. (2004 г.р.), 200 м в/с – 1:47,53; Лифинцев М. (2006 г.р.), 100 н/с – 52,36 и др.), что не осталось незамеченным специалистами, в том числе и зарубежными.

У женщин наблюдается «нашествие» девочек 2008-2009 г.р. и старших девочек 2005 г.р., демонстрирующих очень хорошие результаты на базовых дистанциях: (Дьякова С. (2008 г.р.), 400 м в/с – 4:07,82; Мишарина К. (2009 г.р.), 400 м в/с - 4:14,84; Кувычко А. (2008 г.р.), 400 м в/с - 4:13,13 и 200 м в/с – 1:59,23; Козьякина П. (2007 г.р.), 400 м в/с - 4:15,78; Фролова А. (2007 г.р.), 400 м в/с – 4:16,58; Рогожина Д. (2006 г.р.), 400 м к/пл – 4:44,04; Трофимова Д. (2005 г.р.), 100 м в/с - 54,02; Клепикова Д. (2005 г.р.), 100 м в/с - 54,07).

И основной итог — это сравнение результатов наших спортсменов с результатами, показанными на чемпионате мира, юношеском первенстве Европы и ОДЕ.

Несомненно, надо учитывать абсолютно другую мотивацию на международных соревнованиях, но мы умышленно провели наши турниры в сроки вышеуказанных соревнований.

#### **Чемпионат мира 2023 года.**

**Золото и 1 место:** Необходимо отметить двух наших выдающихся спортсменов, рекордсменов мира: Колесников К. – 50 м н/с - 23,55 (WR) и 1 место 100 н/с – 51,82; Чикунова Е. - 200 м брасс – 2:17,55;

2 место нам принесли бы Самусенко П. - 50 м н/с 24,34 и Костин О. - 50 м батт. – 22,71;

3 место – Пригода К. - 200 м бр. 2:07,62 и Бородин И. - 400 м к/пл 4:09,14.

Был установлен рекорд мира: 50 м н/с (Колесников К.) и рекорды России: 100 м н/с (Колесников К.) и 200 м к/пл (Бородин И.).

**Сравнительно с ЧМ: мы имеем следующие результаты:**

Золото - 3

Серебро – 2

Бронза - 2

4 место – 3

Финалистов в 8-ке – 29

Практически все финалисты чемпионата мира — это очень высокий уровень. Всего в финалах могли бы участвовать 32 спортсмена (без учета наших «заочных» призеров), из них 3 пловца находились бы на четвертых местах. Традиционно мы хорошо выступаем в эстафетах. Это наш резерв.

*Сравнение результатов призеров юношеского первенства Европы 2023 года (М. 2005-2006, Д. 2005-2006) с результатами, показанными нашими юными спортсменами.*

Чемпионами могли бы стать:

Акимов Р. (2005 г.р.), 100 м в/с - 49,11, 200 м в/с – 1:40,06; Лифинцев М. (2005 г.р.), 50 м н/с - 24,56, 100 м н/с – 52,96; Трофимова Д. (2005 г.р.), 50 м в/с – 24,77; Клепикова Д. (2005 г.р.), 50 м в/с – 24,84 и Гайфутдинова А. (2005 г.р.), 50 м в/с – 24,97; Дьякова С. (2008 г.р.), 400 м в/с - 4:07,87 и 800 м в/с – 8:36,71; Леонов Д. (2005 г.р.), 100 м брасс – 1:01,17 и Бахур Е. (2006 г.р.), 100 м брасс - 1:01,71; Клепикова Д. (2005), 50 м батт – 26,10.

В личных поединках 12 первых мест. Если учесть, что мы практически во всех эстафетах занимаем 1 или 2 места, то можно судить о нашем потенциале.

**2 место:**

Клепикова Д. (2005 г.р.), 100 в/с – 54,07; Гайнуллина Р. (2004 г.р.), 50 н/с – 28,41; Волков Д. (2007 г.р.), 100м батт – 53,26; Калабин С. (2005 г.р.), 50 м батт – 23,90; Богомолова Е. (2005 г.р.), 50 м брасс – 31,55; Клепикова Д. (2005 г.р.), 100 батт – 58,28; Шакирова Я. (2005 г.р.), 200 к/пл - 2.13.90.

**3 место:**

Акимов Р. (2005 г.р.), 400 м в/с – 3:49,68; Гайнуллина Р. (2004 г.р.), 50 в/с – 24,97; Курилкина А. (2005 г.р.), 100 в/с – 55,10; Гужевкин Д. (2007 г.р.), 200 м брасс – 2:15,82; Соколовский Я. (2006 г.р.), 400 м к/пл – 4:23,67; Волков Д. (2007 г.р.), 50 м батт – 24,19; Богомолова Е. (2005 г.р.), 100 м брасс – 1:07,83; Маркова А. (2005 г.р.), 200 м батт – 2:11,14; Рогожина Д. (2006 г.р.), 200 м к/пл – 2:15,03; Хитева А. (2006 г.р.), 50 м батт – 26,75.

**Всего:**

1 мест – 12

2 мест – 8

3 мест – 10

И это без эстафет.

Таким образом, наши пловцы традиционно, хоть в этом году и «заочно», заняли самые высокие позиции. Результаты наших пловцов полностью подтвердили верный курс подготовки резерва.

***Сравнение результатов призеров прошедшего в 2023 году в Словакии юношеского Европейского фестиваля (юн. 2007-2008, д. 2008-2009 г.р.) с результатами российских пловцов аналогичного возраста.***

Сборная России всегда была «локомотивом» этих комплексных соревнований, но итог этого года (даже без результатов эстафет) просто впечатляет. На этих соревнованиях выступают спортсмены, прошедшие подготовку по программе «Я стану чемпионом!», которую реализовывала на протяжении многих лет Всероссийская федерация плавания. В случае участия нашей команды в этом турнире в 2023 году мы могли бы рассчитывать на следующее.

**Золотые медали могли бы получить:**

Жидков Р. (2007 г.р.), 100 м в/с – 49,50; Лозе Я. (2007), 200 м н/с – 1:59,65; Писецкий Д. (2007 г.р.), 100 м брасс - 1.02.42 и 200 м брасс - 2.14.36; Гусенков А. (2008 г.р.), 200 м к/пл – 2:02,36; Манохина К. (2009 г.р.), 100 м в/с – 55,99; Кувычко А. (2008 г.р.), 200 м в/с – 1:59,19; Дьякова С. (2008 г.р.), 200 м в/с – 1:59,71; Дьякова С. (2008 г.р.), 400 м в/с – 4:07,12; Блинова В. (2008 г.р.), 400 м к/пл – 4:45,25.

**2 место:**

Черепков А. (2007 г.р.), 100 в/с - 50,50 и 400 м в/с - 3.55.32; Бабинич Е. (2007 г.р.), 400 м в/с - 3:55,07; Лозе Я. (2007 г.р.), 400 м к/п - 4:20,92; Гусенков А. (2008 г.р.), 400 м к/п – 4:22,32.

**3 место:**

Черепков А. (2007 г.р.), 200 м в/с - 1:50,43; Бабинич Е. (2007 г.р.), 1500 м в/с – 15:48,34; Попов Д. (2007 г.р.), 200 м н/с – 2:03,06; Гусенков А. (2008 г.р.), 200 м брасс – 2:15,99.

**Итого:**

1 место – 10

2 место - 5

3 место – 4

***Позиции российских пловцов в мировом рейтинге 2023 года.***

Весьма неплохие результаты у нас в 2023 году были и в мировом рейтинге (таблица 10). На четырех дистанциях наши спортсмены оказались на первых строчках мирового рейтинга (Чикунова Е. (2004 г.р.), 200 бр – 2:17,55 (WR); Колесников К. (2000 г.р.), 50 м н/с – 23,55 (WR), 100 м н/с – 51,82; Костин О. (1992 г.р.), 50 м бат – 22,62). Чикунова Е. (2004 г.р.) занимает третье место в мировом рейтинге на дистанции 100 брасс – 1:04,92.

Таблица 10 - Представительство российских пловцов в мировом рейтинге 2023 г. (бассейн 50 м)

<b>Место в мировом рейтинге</b>	<b>Женщины</b>	<b>Мужчины</b>	<b>Всего</b>
<b>1</b>	1	3	4
<b>2</b>	-	-	-
<b>3</b>	1	-	1
<b>4-8</b>	1	8	9

<b>10</b>	1	1	2
<b>11-20</b>	4	17	21
<b>21-25</b>	3	11	14
<b>26-50</b>	18	24	42
<b>Итого:</b>	<b>29</b>	<b>64</b>	<b>93</b>

В итоге в тройку мирового рейтинга у нас вошли 5 результатов, в восьмерку – 14 результатов, а в TOP-10 мирового рейтинга (MP) – 16 результатов.

Как мы отмечали ранее, для успешного выступления на Олимпийских играх сборной команде необходимо иметь 20-25 результатов в TOP-10, но у нас в TOP-20 MP – 37 результатов, а в TOP-25 MP – 51 результат.

Вызывает воодушевление большое количество молодых пловцов, показывающих результаты, попадающие в диапазон с 50 по 100 места мирового рейтинга, и которые в силу своего возраста могут в любое время продемонстрировать стремительный прогресс, и их успешное «заочное» выступление на Европейских соревнованиях лучшее тому подтверждение.

### **Женщины**

1. Чикунова Е. (2004 г.р.) – 2:17,55 (200 м брасс).
3. Чикунова Е. (2004 г.р.) – 1:04,92 (100 м брасс).
5. Суркова А. (1998 г.р.) – 25,30 (50 м батт).
10. Каменева М. (1999 г.р.) – 59,06 (100 м н/с).
16. Чимрова С. (1996 г.р.) – 57,34 (100 м батт).
17. Суркова А. (1998 г.р.) – 24,50 (50 м в/с); Каменева М. (1999 г.р.) – 27,16 (50 м н/с).
19. Чимрова С. (1996 г.р.) – 2:08,09 (200 м батт).
24. Чикунова Е. (2004 г.р.) – 30,54 (50 м брасс); Каменева М. (1999 г.р.) – 24,65 (50 м в/с).
25. Белоногофф Т. (2001 г.р.) – 1:06,84 (100 м брасс).
26. Симонова В. (1992 г.р.) – 2:25,10 (200 м брасс); Клепикова Д. (2005 г.р.) - 26,0 (50 м батт).
27. Суркова А. (1998 г.р.) – 57,81 (100 батт).
29. Каменева М. (1999) – 53,93 (100 м в/с); Егорова А. (1998 г.р.) - 8:31,72 (800 м в/с).
30. Татарина Д. (2004 г.р.) – 26,02 (50 м батт).
32. Трофимова Д. (2006 г.р.) – 54,02 (100 м в/с).
33. Егорова А. (1998 г.р.) – 4:07,41 (400 м в/с); Маркова А. (2005) – 2:09,52 (200 м батт).
34. Клепикова Д. (2005 г.р.) - 54.07 (100 м в/с); Суркова А. (1998 г.р.) - 54.20 (100 м в/с); Трофимова Д. (2005 г.р.) - 24.77 (50 м в/с).
35. Сподаренко С. (1998 г.р.) – 26,10 (50 м батт).
38. Гайнуллина Р. (2004 г.р.) – 2:10,72 (200 м н/с).
39. Чимрова С. (1996 г.р.) – 26,14 (50 м батт).
41. Клепикова Д. (2005 г.р.) – 24,84 (50 м в/с).
42. Богомоллова Е. (2005 г.р.) – 30,85 (50 м брасс).
44. Клепикова Д. (2005 г.р.) – 58,28 (100 м батт).

**Мужчины**

1. Колесников К. (2000 г.р.) - 23,55 (50 м н/с), 51,82 (100 м н/с); Костин О. (1992) – 22,62 (50 м батт).
4. Рылов Е. (1996 г.р.) – 1:55,50 (200 м н/с); Пригода К. (1995 г.р.) – 2:07,47 (200 м бр).
5. Бородин И. (2003 г.р.) – 4:09,12 (400 м к/пл); Самусенко П. (2001 г.р.) – 24,28 (50 м н/с).
7. Степанов А. (2003 г.р.) – 7:42,47 (800 м в/с); Рылов Е. (1996 г.р.) – 52,80 (100 м н/с).
8. Жигарев П. (1999 г.р.) – 50,88 (100 м батт).
9. Пригода К. (1995 г.р.) – 58,92 (100 брасс).
11. Кожакин И. (1997 г.р.) – 59,04 (100 м брас); Малютин М. (1999 г.р.) – 1:45,63 (200 м в/с).
12. Колесников К. (2000 г.р.) – 21,76 (50 м в/с); Гирев И. (2001 г.р.) – 47,78 (100 м в/с).
12. Николаев А. (1992 г.р.) – 26,84 (50 м брасс); Бородин И. (2003 г.р.) – 1:57,30 (200 м к/пл); Лифинцев М. (2006 г.р.) – 24,56 (50 м н/с).
13. Шевляков Р. (1998 г.р.) - 22,96 (50 м батт); Лифинцев М. (2006 г.р.) – 52,96 (100 м н/с).
14. Шевляков Р. (1998 г.р.) – 51,18 (100 м батт).
15. Самусенко П. (2001 г.р.) – 53,06 (100 м н/с); Кожакин И. (1997 г.р.) – 26,94 (50 м брасс).
18. Колесников К. (2000 г.р.) – 47,88 (100 м в/с); Рылов Е. (1996 г.р.) - 24,66 (50 м н/с).
18. Гирёв И. (2001 г.р.) – 1:45,79 (200 м в/с); Степанов А. (2003 г.р.) – 14:55,04 (1500 м в/с); Минаков А. (2002 г.р.) – 51,23 (100 м батт).
21. Гринев В. (1997 г.р.) - 47,97 (100 м в/с).
22. Жихарев И. (1999 г.р.) – 23,18 (50 м батт); Вековищев М. (1997 г.р.) – 51,37 (100 м батт).
23. Семьянинов Д. (1998 г.р.) – 2:09,82 (200 м брасс); Семьянинов Д. (1998 г.р.) – 27,07 (50 м брасс); Ступин М. (2001 г.р.) – 4:13,73 (400 м к/пл).
24. Мартынычев К. (2002) - 14.57.90 (1500 м в/с); Кудашев А. (1995 г.р.) – 1:55,68 (200 м батт).
25. Минаков А. (2002 г.р.) – 23,20 (50 м батт); Семьянинов Д. (1998 г.р.) – 59,69 (100 м брасс).
27. Норкин А. (2003 г.р.) – 24,89 (50 м н/с); Пригода К. (1995 г.р.) – 27,16 (50 м брасс).
27. Стрельников К. (1992 г.р.) – 27,16 (50 м брасс); Харланов А. (1995 г.р.) – 1:55,80 (200 м батт).
28. Ступин М. (2001 г.р.) – 1:58,64 (200 м к/пл); Доринов М. (1995 г.р.) – 2:10,12 (200 м бр).
28. Жилкин А. (1995 г.р.) – 23,25 (50 м батт); Довгалюк М. (1995 г.р.) – 1:46,28 (200 м в/с).
30. Мартынычев К. (2002 г.р.) - 3.56.06 (800 м в/с); Ткачев А. (2003 г.р.) – 1:57,20 (200 м н/с); Вековищев М. (1997 г.р.) – 23,27 (50 м батт).



31. Зуев Н. (2001 г.р.) – 24,91 (50 м н/с); Харланов А. (1995 г.р.) – 51,53 (100 м батт).
32. Зуев Н. (2001 г.р.) – 53,67 (100 м н/с).
37. Корнев Е. (2004 г.р.) – 22,01 (50 м в/с); Минаков А. (2002 г.р.) – 48,22 (100м в/с).
38. Малютин М. (1999 г.р.) – 3:48,01 (400 м в/с).
40. Павлов Е. (2001 г.р.) – 1:56,25 (100 батт).
42. Жилкин А. (1995 г.р.) – 51,70 (100 м батт); Фофанов М.(2002 г.р.) – 53,98 (100 м н/с).
43. Глазунов Г. (2004 г.р.) – 1:00,15 (100 м брасс).
45. Вековищев М. (1997 г.р.) – 1:46,72 (200 м батт); Шевляков Р. (1998 г.р.) -1:56,58 (200 м батт).
48. Шаталов Д. (1999 г.р.) – 3:48,51 (400 м в/с).
50. Савенко Д. (2002 г.р.) – 1:58,02 (200 м н/с).

### Позиции российских пловцов в мировом рейтинге 2024 года

В 2024, еще не завершившемся году позиции российских пловцов в мировом рейтинге сохраняются на высоком уровне, а в некоторых дисциплинах и улучшаются (таблица 11 и 12).

Таблица 11 – Персональное представительство российских пловцов в мировом рейтинге 2024 года (бассейн 50 м)

Мужчины			50 м	Женщины		
Место	Время	ФИО	Дистанция	ФИО	Время	Место
17	21.70	Корнев Егор	50 в/с	Суркова Арина	24.34	13
13	47.74	Корнев Егор	100 в/с	Клепикова Дарья	53.36	20
19	1:45.86	Малютин Мартин	200 в/с	Дьякова Софья	1:58.73	81
34	3:47.30	Степанов Александр	400 в/с	Дьякова Софья	4:05.16	15
39	7:51.89	Мартынычев Кирилл	800 в/с	Мишарина Ксения	8:25.08	13
39	15:05.58	Степанов Александр	1500 в/с	Мишарина Ксения	16:06.09	11
1	23.90	Колесников Климент	50 н/с	Гайфутдинова Алина	27.54	7
3	24.29	Самусенко Павел	50 н/с	Каменева Мария	27.73	11
7	24.42	Лифинцев Мирон	50 н/с			
13	24.66	Рылов Евгений	50 н/с			

<b>19</b>	24.78	Савенко Дмитрий	<b>50 н/с</b>			
<b>3</b>	52.08	Лифинцев Мирон	<b>100 н/с</b>	Каменева Мария	59.43	<b>22</b>
<b>8</b>	52.64	Колесников Климент	<b>100 н/с</b>			
<b>16</b>	52.90	Савенко Дмитрий	<b>100 н/с</b>			
<b>17</b>	53.00	Самусенко Павел	<b>100 н/с</b>			
<b>21</b>	53.13	Рылов Евге- ний	<b>100 н/с</b>			
<b>24</b>	53.45	Ткачѳв Алек- сей	<b>100 н/с</b>			
<b>5</b>	1:54.63	Рылов Евге- ний	<b>200 н/с</b>	Зарубенкова Дарья	2:11.01	<b>55</b>
<b>13</b>	1:55.60	Савенко Дмитрий	<b>200 н/с</b>			
<b>15</b>	1:55.80	Ткачѳв Алек- сей	<b>200 н/с</b>			
<b>7</b>	26.76	Кожакин Иван	<b>50 брасс</b>	Чикунова Евгения	30.44	<b>14</b>
<b>13</b>	26.86	Николаев Ан- дрей	<b>50 брасс</b>	Белоногофф Татьяна	30.54	<b>19</b>
<b>15</b>	26.93	Пригода Ки- рилл	<b>50 брасс</b>			
<b>19</b>	26.98	Костин Олег	<b>50 брасс</b>			
<b>19</b>	26.98	Троценко Максим	<b>50 брасс</b>			
<b>4</b>	58.72	Сомов Евге- ний	<b>100 брасс</b>	Чикунова Евгения	1:05.11	<b>3</b>
<b>11</b>	59.10	Кожакин Иван	<b>100 брасс</b>			
<b>19</b>	59.37	Пригода Ки- рилл	<b>100 брасс</b>			
<b>6</b>	2:07.48	Пригода Ки- рилл	<b>200 брасс</b>	Чикунова Евгения	2:18.98	<b>1</b>
<b>17</b>	2:08.94	Доринов Ми- хаил	<b>200 брасс</b>			
<b>4</b>	22.92	Шевляков Роман	<b>50 батт</b>	Суркова Арина	25.39	<b>5</b>
<b>7</b>	22.97	Минаков Ан- дрей	<b>50 батт</b>	Клепикова Дарья	25.97	<b>25</b>

<b>17</b>	23.16	Юрченко Егор	<b>50 батт</b>			
<b>18</b>	23.17	Корнев Егор	<b>50 батт</b>			
<b>12</b>	50.86	Андрей Минаков	<b>100 батт</b>	Суркова Арина	57.53	<b>25</b>
<b>25</b>	51.31	Шевляков Роман	<b>100 батт</b>			
30	1:55.77	Александр Харланов	<b>200 батт</b>	Чимрова Светлана	2:09.34	39
<b>10</b>	1:56.75	Бородин Илья	<b>200 к/п</b>	Шакирова Яна	2:12.92	52
<b>20</b>	1:57.74	Сударев Алексей	<b>200 к/п</b>			
7	4:09.59	Бородин Илья	<b>400 к/п</b>	Рогожинова Дарья	4:44.77	62
<b>19</b>	4:12.42	Ступин Мак- сим	<b>400 к/п</b>			

В тройку мирового рейтинга входят 5 результатов (в 2023 году было – 5), в восьмерку – 16 (было - 14).

Таблица 12 - Представительство российских пловцов в мировом рейтинге 2024 года (бассейн 50 м)

<b>Место в мировом рейтинге</b>	<b>Женщины</b>	<b>Мужчины</b>	<b>Всего</b>
<b>1</b>	1	1	2
<b>2</b>	-	-	-
<b>3</b>	1	2	3
<b>1-8</b>	4	12	16
<b>9-16</b>	6	10	16
<b>16-25</b>	5	14	19
<b>1-25</b>	15	36	51

Следует рассмотреть итоги чемпионата мира 2024 года в Дохе в 50-метровом бассейне. Уровень его был значительно ниже обычного и по причине Олимпийского года, и по причине крайне неудачных сроков проведения. Потенциальные участники Олимпийских игр в этот период делают базовую работу.

В таблицах 13 и 14 приведены результаты победителей чемпионата мира 2024 года соревнования по сравнению с результатами победителей чемпионата мира 2023 года (бассейн 50 м). Практически все результаты, показанные в 2024 году, оказались ниже результатов, продемонстрированных в 2023 году.

Таблица 13 - Динамика результатов победителей чемпионата мира 2024 года по сравнению с результатами победителей чемпионата мира 2023 года (мужчины, бассейн 50 м)

Дистанция	Время победителей (мужчины)				Изменение, %
	ЧМ 2023г		ЧМ 2024г		
	Результат	Очки WA	Результат	Очки WA	
200м комплекс	1,54.82 (ER)	978	1,56.64	933	98,44%
400м комплекс	4,02.50 (WR)	1016	4,09.72	915	97,11%
50м вольный стиль	21,06	978	21,44	927	98,23%
100м вольный стиль	47,15	981	47,53	958	99,20%
200м вольный стиль	1,44.30	935	1,44.75	923	99,57%
400м вольный стиль	3,40.68	991	3,42.71	964	99,09%
800м вольный стиль	7,37.00	968	7,40.94	943	99,15%
1500м вольный стиль	14,31.54 (CR)	998	14,34.07	989	99,70%
50м на спине	24,05	958	24,13	929	99,67%
100м на спине	52,22	964	52,68	939	99,13%
200м на спине	1,54.14	942	1,55.30	914	98,99%
50м брасс	26,29	961	26,32	958	99,89%
100м брасс	57,69	958	58,57	915	98,50%
200м брасс	2,05.48 (WR)	1011	2,07.94	943	98,08%
50м батт	22,68	946	22,97	911	98,74%
100м батт	50,14	959	51,17	902	97,99%

200 м батт	1,52.43	945	1,53.88	909	<b>98,73%</b>
------------	---------	-----	---------	-----	---------------

Таблица 14 - Динамика результатов победителей чемпионата мира 2024 года по сравнению с результатами победителей чемпионата мира 2023 года (женщины, бассейн 50 м)

Дистанция	Время победителей (женщины)				Изменение, %
	ЧМ 2023г		ЧМ 2024г		
	Результат	Очки WA	Результат	Очки WA	
200м комплекс	2,07.17	975	2,07.05	978	<b>100,09%</b>
400м комплекс	4,27.11 (CR)	991	4,37.14	882	<b>96,38%</b>
50м вольный стиль	23,62	1006	23,69	989	<b>99,70%</b>
100м вольный стиль	52,16	974	52,26	968	<b>99,81%</b>
200м вольный стиль	1,52.85 (WR)	1003	1,54.89	947	<b>98,22%</b>
400м вольный стиль	3,55.38 (WR)	1013	3,59.44	949	<b>98,30%</b>
800м вольный стиль	8,08.87	975	8,17.44	925	<b>98,28%</b>
1500м вольный стиль	15,26.27	981	15,46.99	918	<b>97,81%</b>
50м на спине	27,08	988	27,43	938	<b>98,72%</b>
100м на спине	57,53 (CR)	995	58,29	951	<b>98,70%</b>
200м на спине	2,03.85	987	2,05.77	938	<b>98,47%</b>
50м брасс	29,16 (WR)	1014	29,4	975	<b>99,18%</b>
100м брасс	1,04.62	977	1,05.27	948	<b>99,00%</b>
200м брасс	2,20.80	961	2,19.81	952	<b>100,71%</b>
50м батт	24,77	959	24,63	975	<b>100,57%</b>
100м батт	56,12	966	56,28	957	<b>99,72%</b>
200 м батт	2,04.06 (WJ)	946	2,07.35	875	<b>97,42%</b>

Следует отметить высокий уровень китайского мужского плавания. Мировой рекорд Пан Жанле на первом этапе эстафеты 4x100 м в/с, выигрыш обеих кролевых эстафет, второе место в общем медальном зачете говорят о том, что в ближайшем будущем эта сборная будет способна конкурировать с командами США, Австралии, Италии, Великобритании.

Результаты российских пловцов в апреле на чемпионате России 2024 года мы заочно сравнили не с чемпионатом мира в Дохе, а с результатами турнира Игр Олимпиады 2024 года.

В 2021 итогом выступления сборной команды России на турнире Олимпийских игр году явилось то, что российские пловцы заняли 5 место в общем медальном зачете, завоевав 2 золотые, 2 серебряные и 1 бронзовую медали, причем «золото» в бассейне на Олимпиаде стало первым за 25 лет. Кроме того, наши спортсмены 12 раз пробились в финалы в индивидуальных дисциплинах и 6 раз вошли в финалы эстафет, заняли 5 четвертых мест. Было установлено 2 рекорда Европы, 1 рекорд Олимпийских игр и 4 рекорда России, и 2 юношеских рекорда России. Первое место заняла команда США (11 золотых, 10 серебряных и 9 бронзовых медалей), второе место у команды Австралии (9-3-8), третье место у команды Великобритании (4-3-1).

Для сравнения на Олимпийских играх в 2016 году команда России заняла лишь 16-е место (2 серебряные и 2 бронзовые медали). Тогда наши пловцы заняли 3 четвертых мест и 9 раз вошли в финалы в индивидуальных дисциплинах и 4 раза в финалы эстафет. Первое место в 2016 году было у команды США с более впечатляющим результатом (16-8-9), второе – у команды Австралии (3-4-3).

В 2024 году сборная команда Российской Федерации подошла к Олимпийским играм в полной готовности, но по политическим причинам не смогла в них принять участие. Вместе с тем ритм подготовки спортсменов был сохранен, и они продемонстрировали свою готовность на внутрirosсийских соревнованиях, проводимых в те же сроки, что и турнир Олимпийских игр. Это позволило осуществить заочное соревнование.

Итоги заочного соперничества спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию с участниками плавательного турнира Олимпийских игр 2024 года представлены в таблице 15.

Таблица 15 - Итоги «заочного» соперничества спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию с участниками Олимпийских игр 2024 года.

Место	Мужчины	Женщины	Итого
1	-	2	2
2	2	-	2
3	-	-	1
4	-	-	-
5	1	-	1
6	2	-	2

7	4	-	4
8	3	1	4

Е. Чикунова в финале кубка России показала на дистанции 100 м брасс результат 1:05,26 (у Олимпийской чемпионки из ЮАР Т. Смит – 1:05,28). Е. Чикунова в финале кубка России на дистанции 200м брасс зафиксировала 2:18,98 (у олимпийской чемпионки из США К. Дуглас – 2:19,24).

М. Лифинцев в финале кубка России на 1 этапе комбинированной эстафеты 4x100 м показал на дистанции 100 м спина 52,08 (а у серебряного призёра Олимпиады 2024 из Китая С. Цизяюй – 52,32).

Е. Рылов в финале кубка России на дистанции 200 м спина добился результата 1:54,63 (а у серебряного призера из Греции А. Христу – 1:54,82).

К. Пригода на чемпионате России 2024 на дистанции 200 м брасс показал 2:07,48 (а у бронзового призера Олимпиады 2024 из Нидерландов К. Корбо – 2:07,90).

Таким образом, при заочных выступлениях пловцов сборной команды России на Олимпиаде 2024 года, они могли бы завоевать две золотые и две серебряные одну бронзовую награды. Кроме того еще 11 пловцов могли бы выступить в финальных заплывах.

Кроме того, на турнире Игр Олимпиады сборная команда России, в добавок к медалям в личных дисциплинах, могла бы претендовать и на медали в трех мужских эстафетах и в женской комбинированной эстафете 4x100 м. Это еще 3-4 медали разного достоинства.

Потенциально наша сборная могла бы занять 4 или 5 место по медалям, опередив сборную команду Канады.

Таким образом, по итогам заочного выступления на плавательном турнире Олимпийских Игр 2024 года можно заключить, что сборная команда России по плаванию не потеряла, а сохранила и даже преумножила свой потенциал в самое трудное время вынужденной изоляции. Исходя из этого заочное выступление сборной команды следует считать успешным.

В заключение следует отметить, что только золотые медали позволяют команде занять достойное место в мировом рейтинге. Для попадания в призовую тройку в командном зачете на чемпионатах мира и Олимпийских играх в последние годы необходимо завоевать 4-5 золотых медалей.

Анализ, представленных в данном разделе количественных показателей, показывает, что плавание, как вид спорта, в нашей стране развивается с учетом современных тенденций, которые, в первую очередь, связаны с возрастанием популярности плавания в мире. Это отражается в интенсивном развитии программы ОИ по плаванию, что в свою очередь привело к существенному увеличению количества разыгрываемых комплектов медалей.

Спортсмены Российской Федерации способны конкурировать с основными соперниками с различным уровнем успешности на всех дистанциях, включенных в программу Олимпийских Игр.

В последние годы, в первую очередь благодаря усилиям Всероссийской федерации плавания, эти вопросы находят эффективное решение. Систематически проводятся тренерские конференции, в том числе и с привлечением иностранных специалистов, а также курсы повышения квалификации, программа которых существенно переработана ВФП с учетом современных требований.

Подготовлена группа профессиональных тренеров, квалификация которых позволяет решать самые сложные задачи. В тренировочном процессе используются современные технологии подготовки, которые включают последние достижения в области планирования тренировочного процесса, использование специальных тренажеров, эффективного восстановления спортсменов.

В заключение приводим перечень рекордов всех уровней, установленные российскими пловцами за 2021-2024 годы.

Таблица 16 - Рекорды всех уровней, установленные российскими пловцами за 2021-2024 годы.

<b>Рекорды</b>	<b>2021 г.</b>	<b>2022 г.</b>	<b>2023 г.</b>	<b>2024 г.</b>	<b>Итого:</b>
Рекорды мира	2	1	2	-	5
Рекорды Олимпийских игр	1	-	-	-	1
Рекорды Европы	9	2	2	-	13
Рекорды России	24	11	14	2	51
Юношеские рекорды мира	3	-	3	2	8
Юношеские рекорды Европы	5	5	7	2	19
Юношеские рекорды России	22	14	13	8	57

Общий итог выступления сборных команд весьма обнадеживающий. Программа ВФП дала свои результаты. Она обеспечила возможность в отсутствие международных стартов показать очень неплохие результаты заочно на международных соревнованиях. Таким образом, проведенный анализ результативности отечественных пловцов в 2023 и 2024 годах в сравнении с результатами финалистов крупнейших международных соревнований показал верность и продуктивность вектора и избранной тактики подготовки пловцов сборных команд России по плаванию в условиях беспрецедентных, политически ангажированных санкционных ограничений.

### **2.3. Выводы об основных предполагаемых соперниках на предстоящих спортивных соревнованиях Юношеских Олимпийских играх, первенствах мира и Европы, а также перспективах выступления спортивной**



## **сборной команды Российской Федерации на таких соревнованиях в ближайшее четырехлетие**

Анализ результатов выступлений зарубежных пловцов на Юношеских Олимпийских играх, первенствах мира и Европы позволяет выделить потенциальных соперников сборной команды России.

Так, на юношеских турнирах последних лет пловцы ряда сборных команд показали весьма высокие результаты, которые позволяют им претендовать на лидирующее положение в предстоящее четырехлетие.

На Европейских турнирах такими сборными являются команды Италии, Венгрии, Великобритании и набирающая силу команда Турции. Если говорить о мировых турнирах, то к упомянутым командам добавляются сборные США, Австралии, Канады и Китая.

Именно эти команды в ближайшее четырехлетие составят конкуренцию юношеской сборной команде России и станут её основными соперниками.

Следует сказать, что в этом ряду плавательных держав Европы и мира, сборная команда России отнюдь не теряется. Более того, результаты международных соревнований 2021 года, когда еще наша сборная не была отлучена от международных стартов, а в последующие годы и результаты, показанные на внутрироссийских турнирах, позволяют с большой уверенностью прогнозировать успешные выступления наших спортсменов. Эти претензии вполне обоснованы и основываются на сравнительном анализе «заочного» соперничества российских пловцов с командами ведущих сборных Европы и мира.

Так, на чемпионате мира 2023 года наши пловцы могли бы завоевать 3 золотые, две серебряные и две бронзовые медали. Всего в финалах могли бы принять участие 29 наших спортсменов.

Еще более внушительное представительство наших пловцов на пьедестале было бы на юношеском первенстве Европы 2023 года. На этом турнире наша сборная могла бы занять 12 первых, 8 вторых и 10 третьих мест. В том же, 2023 году в Словакии на юношеском Европейском фестивале наши пловцы могли бы претендовать на 10 золотых, 5 серебряных и 4 бронзовые медали.

Не менее мощно наша команда выглядела бы и на юношеском первенстве Европы 2024 года. Потенциально наши пловцы могли бы завоевать только индивидуальных 11 золотых, 5 серебряных и 7 бронзовых наград (без эстафет). Тогда как ближайšie наши соперники, сборная Италии и сборная Турции, завоевали 8 и 4 золотых медалей соответственно.

На сегодняшний день пловцы юношеского состава сборной команды России сохранили свой высокий потенциал и не утратили своих лидирующих позиций в мире, что, безусловно, обеспечивается эффективной реализацией системы подготовки ближнего и дальнего резерва в рамках программ Всероссийской федерации плавания «Я стану чемпионом!» и «Переходный состав». Исходя из этого следует ожидать весьма успешных выступлений сборной команды Российской Федерации на юношеских соревнованиях в бли-

жайшее четырехлетие (табл. 17–19).

Таблица 17 - Прогноз достижений, которые могут продемонстрировать спортсмены сборной России по плаванию на Юношеских Олимпийских играх

Вид программы	Предполагаемое количество занятых мест		
	1 место	2 место	3 место
Мужчины	6	4	3
Женщины	6	4	3
Итого:	12	8	6

Таблица 18 - Прогноз достижений, которые могут продемонстрировать спортсмены сборной команды Российской Федерации по плаванию на юношеских чемпионатах мира

Вид программы	Предполагаемое количество занятых мест		
	1 место	2 место	3 место
Мужчины	5	4	3
Женщины	3	2	2
Итого:	8	6	5

Таблица 19 - Прогноз достижений, которые могут продемонстрировать спортсмены сборной команды Российской Федерации по плаванию на юношеских чемпионатах Европы

Вид программы	Предполагаемое количество занятых мест		
	1 место	2 место	3 место
Мужчины	6	4	4
Женщины	6	4	4
Итого:	12	8	8

#### **2.4. Сведения о наличии представителей Федерации в руководящих или технических органах международной спортивной федерации, динамике количества спортивных судей, привлекаемых международной спортивной федерацией к спортивному судейству международных спортивных соревнований**

В настоящий момент список представителей ФВБСР в WORLD AQUATICS представляет:

- **Сальников В.В.** – член Бюро WORLD AQUATICS – 2022-2024 гг.;
- **Козина А.** – председатель пресс-комиссии WORLD AQUATICS;
- **Полякова Мария** – член Комитета спортсменов WORLD AQUATICS – 2022-2024 гг.

Выборный Конгресс Европейской лиги плавания (EUROPEAN AQUATICA, LEN) состоялся в Афинах (Греция) 27 января 2024 г.

В настоящий момент список представителей ФВВСП в EUROPEAN AQUATICS представляет:

- **Сальников В.В.** – член Бюро EUROPEAN AQUATICS – 2024-2028 гг.;
- **Алешин Г.П.** – почетный член Бюро EUROPEAN AQUATICS;
- **Серова А.** – спортивный координатор офиса EUROPEAN AQUATICS.

Таблица 20 – Количество спортивных судей, привлекаемых международной спортивной федерацией к спортивному судейству международных спортивных соревнований

Год	Судьи (человек)
2020	0
2021	14
2022	0
2023	0

## **2.5. Сравнительный анализ уровня обеспеченности объектами спорта, соответствующими современным требованиям или современной спортивной инфраструктурой, для осуществления учебно-тренировочного процесса и проведения спортивных соревнований в странах, занимающих с 1 по 6 место на Играх Олимпиады, Паралимпийских играх, Сурдлимпийских играх, Всемирных играх и чемпионатах мира**

ФВВСП не располагает такими сведениями.

## **2.6. Анализ обеспеченности различных категорий граждан и групп населения объектами спорта для проведения занятий, осуществления подготовки и проведения физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий в странах, где вид спорта плавание входит в число приоритетных**

ФВВСП не располагает такими сведениями.

## **2.7. Сведения о наличии производства современного конкурентного спортивного инвентаря, оборудования и спортивной экипировки в стра-**

нах, занимающих с 1 по 6 место на Играх Олимпиады, Паралимпийских играх, Сурдлимпийских играх, Всемирных играх и чемпионатах мира

ФВВСП не располагает такими сведениями.

### 2.8. Анализ наличия подпрограмм развития вида спорта среди различных категорий граждан и групп населения, реализуемых национальными федерациями других стран по виду спорта

ФВВСП не располагает такими сведениями.

## 3. АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ВИДА СПОРТА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

### 3.1. Динамика численности занимающихся видом спорта с учетом сведений федеральных статистического наблюдения «Сведения о физической культуре и спорте» и «Сведения об адаптивной физической культуре и спорте»

Таблица 21 – Достижение целевых показателей программы «Развитие вида спорта «плавание» в Российской Федерации

№№	Показатель	Целевое назначение							
		Первый этап				Второй этап			
		2021	2021	2022	2022	2023	2023	2024	2024
		В соответствии с Программой	По факту	В соответствии с Программой	По факту	В соответствии с Программой	По факту	В соответствии с Программой	По факту
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Российской Федерации	220 000	227 184	225 000	228 151	230 000	213 878	235 000	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Российской Федерации	120 000	118 312	125 000	118 275	130 000	138 290	135 000	-
3	Количество тренеров (всего) по виду спорта	3 400	4 053	3 450	4 106	3 500	3 994	3 550	-

	«плавание» в Российской Федерации								
--	-----------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Анализ статистических данных показывает, что общее количество людей, вовлечённых в занятия плаванием, повысилось в 2023 году до 2 764 264 по сравнению с 2021 годом – 2 416 372 человека.

По итогам 2023 года Министерство спорта Российской Федерации составило рейтинг видов спорта по количеству занимающихся человек.

Рейтинг по количеству занимающихся возглавил футбол. Этим видом спорта в России занимаются 3 400 000 человек.

На втором месте - **плавание** 2 764 606 человек. По сравнению с 2022 годом прирост занимающихся плаванием составил 210 000 человек.

Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Российской Федерации по данным федерального статистического наблюдения по форме 1-ФК «Сведения о физической культуре и спорте» составило в 2023 году 2 764 264 человек (табл. 22-24).

Таблица 22 - Численность людей, вовлечённых в занятия плаванием в Российской Федерации (1-ФК) 2021-2023 гг.

Год	Численность занимающихся (чел.)		Число штатных тренеров	Число спортивных судей
	Всего	Женщины		
<b>2021</b>	2 416 372	1 203 630	6 014	4 369
<b>2022</b>	2 544 606	1 274 359	6 123	4 548
<b>2023</b>	2 764 264	1 359 578	5 748	4 590

Таблица 23 - Численность занимающихся плаванием по этапам спортивной подготовки в Российской Федерации (5-ФК) 2021-2023 гг.

Год	Число отделений по виду спорта		Число занимающихся по этапам спортивной подготовки					
	Всего	В том числе олимпийские отделения	Всего	СОГ	НП	УТГ	ССМ	ВСМ
<b>2021</b>	894	67	227184	39513	69832	45755	2053	672
<b>2022</b>	904	67	228151	40995	64827	50550	2269	629
<b>2023</b>	853	-	213878	-	73982	61086	2520	702

Таблица 24 – Спортивные разряды и спортивные звания, присвоенные в виде спорта «плавание» в 2021-2023 гг. (5-ФК)

Год	Из числа занимающихся спортсменов, имеющих разряды, звания			
	Спортивные разряды		Спортивные звания	
	Всего	В том числе:	Всего	В том числе:

		КМС	I разряд	Другие разряды		ЗМС	МСМК	МС
<b>2021</b>	95309	3158	5408	86743	972	36	85	851
<b>2022</b>	98279	3409	5492	89388	1021	31	87	903
<b>2023</b>	92743	3697	5552	83494	1166	29	97	1040

**3.2. Динамика количества тренеров, тренеров-преподавателей с учетом сведений федеральных статистических наблюдений «Сведения о физической культуре и спорте», «Сведения об адаптивной физической культуре и спорте» и «Сведения по подготовке спортивного резерва» (далее - сведения федерального статистического наблюдения), включая анализ потребности субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта в таких специалистах**

Для эффективной организации системы спортивной подготовки значительную ответственность берут на себя тренеры и тренеры-преподаватели. Известно, что от уровня подготовленности тренеров зависит и уровень спортивных достижений как юных, так и высококвалифицированных спортсменов.

Благодаря усилиям ФВВСР, систематически проводятся тренерские конференции, а также курсы повышения квалификации тренеров и тренеров-преподавателей, программа которых существенно переработана ВФП с учетом современных требований.

Большое внимание уделяется подготовке профессиональных тренеров, квалификация которых позволяет решать самые сложные задачи. В тренировочном процессе используются современные технологии подготовки, которые включают последние достижения в области планирования тренировочного процесса, использование специальных тренажеров, эффективного восстановления спортсменов.

Таблица 25 - Количество тренеров, тренеров-преподавателей по виду спорта «плавание в Российской Федерации (1-ФК) 2021-2023 гг.

Год	Число штатных тренеров, тренеров преподавателей (человек)	Со специальным образованием	
		Высшим	Средним
<b>2021</b>	6 014	4 735	810
<b>2022</b>	6 123	4 806	883
<b>2023</b>	5 748	4 635	776

Таблица 26 - Квалификация тренерского корпуса с 2021 до 2023 гг. (5-ФК)

Год	Число тренеров, тренеров-преподавателей (всего)	В том числе по основному месту работы	Квалификация			«Заслуженный Тренер России»
			Высшая	Первая	Вторая	

<b>2021</b>	4 053	3 495	771	228	691	94
<b>2022</b>	4 106	3 484	961	252	696	92
<b>2023</b>	3 994	3421	1 222	1 028	-	104

Таблица 27 - Возраст тренерского корпуса в сравнении с 2021 до 2023 гг. (5-ФК)

Год	В возрасте		
	до 35 лет	36-64 лет	старше 64 лет
<b>2021</b>	822	1 633	255
<b>2022</b>	793	1 679	228
<b>2023</b>	1 005	2 094	322

**В 2021 году** профессиональное образование было у 2 681 тренера/тренера-преподавателя (высшее – 2 410 чел., среднее – 271 чел.), в том числе физкультурное 2 467 чел. (высшее – 2 242 чел., среднее – 225 чел.).

**В 2023 году** профессиональное образование было у 3 404 тренеров/тренеров-преподавателей (высшее – 3 041 чел., среднее – 363 чел.), в том числе физкультурное 3 154 чел. (высшее – 2 833 чел., среднее – 321 чел.).

Высокий уровень компетентности тренеров является одним из ключевых компонентов современной системы подготовки спортсменов высокого класса, эффективность которой напрямую зависит от уровня владения тренерами теорией и методикой спортивной тренировки, психолого-педагогическими и медико-биологическими знаниями.

***Анализ потребности субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта в специалистах (тренеры, тренеры-преподаватели)***

Таблица 28 - Анализ потребности субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта в специалистах (тренеры, тренеры-преподаватели)

Наименование Субъекта РФ	Число тренеров и тренеров-преподавателей по годам в соответствии с 5-ФК				Потребность в тренерско-преподавательском составе (чел.)
	2021 год	2022 год	2023 год	2024 год	
Алтайский край	37	39	41	41	нет
Архангельская область	50	52	64	–	нет
Белгородская область	69	80	83	85	90
Брянская область	22	22	24	24	3
Владимирская область	48	45	42	44	6

Волгоградская область	52	48	44	–	20
Вологодская область	14	16	16	17	нет
Еврейская автономная область	4	5	5	6	нет
Забайкальский край	33	33	33	32	5
Запорожская область	-	-	1	1	8
Ивановская область	25	25	25	25	40
Иркутская область	74	51	56	56	-
Кабардино-Балкарская Республика	3	5	8	11	20
Калининградская область	19	21	27	31	15
Калужская область	51	51	56	58	80
Камчатский край	17	15	14	18	нет
Карачаево - Черкесская Республика	2	2	2	2	10
Кемеровская область-Кузбасс	46	49	51		
Кировская область	30	31	30	28	6
Краснодарский край	159	168	106	175	нет
Красноярский край	68	65	63	67	12
Курганская область	9	11	12	12	нет
Ленинградская область	37	39	37	-	45
Липецкая область	56	56	57	58	10
Луганская Народная Республика	21	22	22	22	8
Магаданская область	18	17	14	15	-
Москва	253	237	258	279	нет
Московская область	280	280	282	289	нет
Мурманская область	62	57	62	-	нет
Нижегородская область	95	98	133	-	150



Новгородская область	4	6	6	6	нет
Новосибирская область	67	70	59	65	0
Омская область	23	19	23	23	4
Оренбургская область	35	34	32	32	7
Орловская область	11	14	13	-	2
Пензенская область	66	64	49	-	66
Пермский край	63	64	63	78	-
Псковская область	19	20	22	24	нет
Республика Марий Эл	9	8	9	9	1
Республика Ингушетия	3	5	6	8	5
Республика Адыгея	1	1	2	1	нет
Республика Алтай	6	8	10	12	2
Республика Башкортостан	170	137	84	92	78
Республика Карелия	31	32	34	34	нет
Республика Коми	55	55	51	51	-
Республика Крым	-	-	17	17	-
Республика Мордовия	8	8	9	10	3
Республика Саха (Якутия)	10	10	10	13,5	--
Республика Тыва	5	7	9	9	10
Республика Хакасия	26	27	27	29	7
Ростовская область	165	162	176	180	20
Рязанская область	58	61	70	70	12
Санкт-Петербург	213	212	219	-	-
Саратовская область	48	54	46	-	2
Смоленская область	24	16	17	30	2
Ставропольский край	68	66	58	62	10
Томская область	16	17	18	18	1
Тюменская область	18	20	28	30	4
Удмуртская Рес-	41	46	47	48	-

публика					
ХМАО-Югра	114	114	114	114	125
Челябинская область	81	82	84	84	152
Чувашская Республика	55	56	55	-	-

**3.3. Развитие вида спорта «плавание» в субъектах Российской Федерации и муниципальных образованиях (количество региональных спортивных федераций, а также субъектов Российской Федерации, где вид спорта «плавание» является базовым)**

*Динамика количества региональных спортивных федераций, а также субъектов Российской Федерации, развивающих вид спорта, являющийся базовым*

Сегодня вид спорта «плавание» развивается в 86 субъектах Российской Федерации. **88** федераций плавания являются членами ФВВСП из них **86** – это аккредитованные региональные спортивные федерации плавания (табл. 29).

Таблица 29 – Субъекты Российской Федерации и муниципальные образования развивающих вид спорта «плавание»

№№		Наименование региональной спортивной федерации
<b>ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ – 18 региональных федераций</b>		
1	Белгородская область	Белгородская региональная спортивная общественная организация "Федерация плавания"
2	Брянская область	Брянская региональная общественная организация "Федерация плавания Брянской области"
3	Воронежская область	Воронежская областная общественная организация "Федерация плавания"
4	Владимирская область	Общественная организация "Владимирская областная Федерация Плавания"
5	Ивановская область	Ивановская областная общественная организация "Федерация плавания"
6	Калужская область	Калужская региональная общественная организация "Федерация плавания Калужской области"
7	Костромская область	Костромская областная общественная организация "Федерация плавания"
8	Курская область	Курская региональная общественная организация "Федерация плавания"

9	Рязанская область	Общественная организация "Федерация плавания Рязанской области"
10	Тамбовская область	Региональная общественная организация "Спортивная Федерация плавания Тамбовской области"
11	г. Москва	Региональная общественная организация "Федерация плавания города Москвы"
12	Липецкая область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Липецкой области"
13	Московская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Московской области"
14	Орловская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Орловской области"
15	Смоленская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Смоленской области"
16	Тверская область	Общественная организация "Федерация плавания Тверской области"
17	Тульская область	Тульская областная общественная организация "Федерация плавания"
18	Ярославская область	Ярославская региональная общественная организация "Федерация плавания Ярославской области"
<b>СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ – 10 региональных федераций</b>		
19	Архангельская область	Архангельская региональная общественная организация "Федерация плавания Архангельской области"
20	Республика Карелия	Карельская региональная общественная организация "Федерация плавания"
21	Республика Коми	Коми региональная спортивная общественная организация "Федерация плавания Республики Коми"
22	Ленинградская область	Общественная организация "Региональная спортивная федерация плавания и синхронного плавания Ленинградской области"
23	Новгородская область	Общественная организация "Федерация плавания Новгородской области"
24	Псковская область	Псковская областная общественная организация "Федерация плавания"
25	Калининградская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Калининградской области"
26	Мурманская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Мурманской области"

27	г. Санкт-Петербург	Региональная общественная физкультурно-спортивная организация "Федерация Санкт-Петербурга по плаванию"
28	Вологодская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Вологодской области"
<b>ЮЖНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ – 8 региональных федераций</b>		
29	Республика Адыгея	Региональная спортивная общественная организация "Федерация плавания Республики Адыгея"
30	Республика Калмыкия	Региональная физкультурно-спортивная общественная организация "Федерация плавания в Республике Калмыкия"
31	Астраханская область	Астраханская региональная общественная организация "Федерация плавания"
32	Волгоградская область	Общественная организация "Федерация по плаванию Волгоградской области"
33	Краснодарский край	Краснодарская краевая общественная организация "Спортивная федерация плавания"
34	Республика Крым	Региональная общественная организация "Крымская республиканская федерация плавания"
35	Ростовская область	Региональная спортивная общественная организация "Федерация плавания Ростовской области"
36	г. Севастополь	Региональная общественная организация "Федерация плавания города Севастополя"
<b>СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ – 7 региональных федераций</b>		
37	Республика Дагестан	Региональная спортивная общественная организация "Федерация плавания Республики Дагестан"
38	Республика Ингушетия	Региональная общественная организация "Федерация плавания Республики Ингушетия"
39	Кабардино-Балкарская Республика	Региональная общественная организация "Федерация плавания Кабардино-Балкарской Республики"
40	Карачаево-Черкесская Республика	Карачаево-Черкесская республиканская общественная организация "Спортивная Федерация плавания"
41	Республика Северная Осетия-Алания	Региональная общественная организация "Федерация плавания и прыжков в воду Республики Северная Осетия-Алания"

42	Ставропольский край	Общественная организация "Федерация плавания Ставропольского края"
43	Чеченская Республика	Региональная общественная организация "Федерация плавания Чеченской Республики"
<b>ПРИВОЛЖСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ – 14 региональных федераций</b>		
44	Республика Башкортостан	Региональная общественная организация "Федерация плавания Башкортостана"
45	Республика Марий Эл	Региональная общественная организация "Федерация плавания" Республики Марий Эл
46	Республика Мордовия	Мордовская республиканская общественная организация "Федерация плавания Республики Мордовия"
47	Кировская область	Общественная организация "Федерация плавания Кировской области"
48	Нижегородская область	Общественная организация "Федерация плавания" Нижегородской области
49	Оренбургская область	Общественная организация "Федерация плавания Оренбургской области"
50	Пензенская область	Пензенская региональная общественная организация "Федерация плавания Пензенской области"
51	Пермский край	Общественная организация "Федерация плавания Пермского края"
52	Самарская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Самарской области"
53	Саратовская область	Саратовская региональная общественная организация "Федерация Плавания"
54	Республика Татарстан	Региональная общественная организация "Федерация плавания Республики Татарстан"
55	Удмуртская Республика	Региональная детско-молодежная общественная организация "Федерация плавания Удмуртской Республики"
56	Ульяновская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Ульяновской области"
57	Чувашская Республика	Общественная организация "Чувашская республиканская федерация плавания"
<b>УРАЛЬСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ – 6 региональных федераций</b>		
58	Курганская область	Курганская областная общественная организация "Федерация плавания Курганской области"
59	Свердловская область	Общественная организация "Региональная Федерация плавания Свердловской области"

60	Тюменская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Тюменской области"
61	Ханты-Мансийский автономный округ - Югра	Общественная организация "Федерация плавания и водного поло Ханты-Мансийского автономного округа - Югры"
62	Челябинская область	Челябинская региональная общественная организация "Федерация плавания Челябинской области"
63	Ямало-Ненецкий автономный округ	Региональная общественная спортивная организация "Ямало-Ненецкая окружная федерация плавания"
<b>СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ – 9 региональных федераций</b>		
64	Алтайский край	Общественная организация "Алтайская краевая федерация плавания"
65	Республика Алтай	Региональная общественная организация "Федерация плавания Республики Алтай"
66	Иркутская область	Региональная общественная организация "Федерация плавания Иркутской области "Байкал"
67	Кемеровская область	Кемеровская областная общественная организация "Федерация плавания Кузбасса"
68	Красноярский край	Региональная общественная организация "Федерация плавания Красноярского края"
69	Омская область	Омская региональная общественная организация "Федерация плавания"
70	Новосибирская область	Областная общественная организация "Федерация плавания Новосибирской области"
71	Республика Тыва	Региональная общественная организация "Федерация плавания Республики Тыва"
72	Республика Хакасия	Хакасская региональная общественная организация "Федерация плавания Республики Хакасия"
73	Томская область	Общественная организация Томская региональная "Федерация плавания"
<b>ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ – 10 региональных федераций</b>		
74	Республика Бурятия	Региональная спортивная общественная организация "Федерация плавания Республики Бурятия"
75	Республика Саха (Якутия)	Региональная общественная организация "Федерация плавания Республики Саха (Якутия)"
76	Забайкальский край	Региональная общественная организация "Федерация плавания Забайкальского края"
77	Камчатский край	Краевая общественная организация "Камчат-

		ская федерация плавания"
78		Общественная организация "Федерация плавания Приморского края"
79	Хабаровский край	Хабаровская региональная общественная организация "Федерация плавания Хабаровского края"
80	Амурская область	Областная общественная организация "Федерация плавания Амурской области"
81	Магаданская область	Магаданская региональная общественная организация "Федерация плавания Магаданской области"
82	Сахалинская область	Региональная общественная организация "Спортивная федерация плавания Сахалинской области"
83	Еврейская автономная область	Областная общественная организация "Федерация плавания Еврейской автономной области"
<b>НОВЫЕ ТЕРРИТОРИИ – 3 региональные федерации</b>		
84	Донецкая народная Республика	Региональная общественная организация "Федерация плавания Донецкой Народной Республики"
85	Луганская народная Республика	Региональная спортивная общественная организация "Федерация плавания Луганской Народной Республики"
86	Запорожская область	Региональная физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация плавания Запорожской области»
<b>НЕАККРЕДИТОВАННЫЕ ЧЛЕНЫ ФВВСП</b>		
87		Межрегиональная общественная организация «Федерация плавания «Мастерс» (ветераны)
88		Региональная общественная организация "Севастопольская федерация плавания"

Динамика количества региональных спортивных федераций, а также субъектов Российской Федерации, развивающих вид спорта как базовый представлены в таблицах 30 и 31.

Таблица 30 - Динамика количества региональных спортивных федераций

	2021	2022	2023	2024
Региональные федерации плавания	81	83	85	86

Таблица 31 - Динамика количества субъектов Российской Федерации, разви-

## вающих вид спорта как базовый

№№	Наименование субъекта Российской Федерации	Количество региональных спортивных федераций, а также субъектов Российской Федерации, развивающих вид спорта как базовый по годам			
		2021	2022	2023	2024
1	Алтайский край (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
2	Архангельская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
3	Астраханская область (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
4	Белгородская область (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
5	Брянская область (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
6	Волгоградская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
7	Воронежская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
8	город Москва (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
9	город Севастополь (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
10	Калининградская область (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
11	Калужская область (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
12	Калужская область (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
13	Камчатский край (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
14	Кемеровская область (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
15	Кировская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
16	Коми Республика (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
17	Краснодарский край (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
18	Красноярский край (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
19	Ленинградская область (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
20	Липецкая область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
21	Магаданская область (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
22	Москва (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
23	Московская область	1	1	1	1



	(аккредитованная РФП)				
24	Мурманская область (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
25	Нижегородская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
26	Новосибирская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
27	Омская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
28	Оренбургская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
29	Пензенская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
30	Пермский край (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
31	Псковская область (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
32	Республика Башкортостан (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
33	Республика Бурятия (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
34	Республика КОМИ (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
35	Республика Марий Эл (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
36	Республика Мордовия (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
37	Республика Саха (Якутия) (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
38	Республика Татарстан (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
39	Ростовская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
40	Рязанская область (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
41	Самарская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
42	Санкт-Петербург (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
43	Свердловская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
44	Смоленская область (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
45	Ставропольский край (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
46	Тульская область (аккредитованная РФП)	1	-	-	-
47	Тюменская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
48	Удмуртская Республика (аккредитованная РФП)	1	1	1	1

49	Ульяновская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
50	Хабаровский край (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
51	Ханты-Мансийский АО-Югра (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
52	Челябинская область (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
53	Ярославская область (аккредитованная РФП)	1	1	1	1
54	Ямало-Ненецкий автономный округ (аккредитованная РФП)	-	1	1	1
<b>ВСЕГО:</b>		39	43	43	43

Примечание: РФП – региональная федерация плавания.

***Достижение целевых показателей, установленных региональными спортивными федерациями в программах развития соответствующих видов спорта, синхронизированных с целевыми показателями Федерации***

Таблица 32 - Достижение целевых показателей программы «Развитие вида спорта «плавание» в регионах Российской Федерации

№№	Показатель	Целевое назначение							
		Первый этап				Второй этап			
		2021	2021	2022	2022	2023	2023	2024	2024
		В соответствии с Программой	По факту	В соответствии с Программой	По факту	В соответствии с Программой	По факту	В соответствии с Программой	По факту
<b>Архангельская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Архангельской области	14355	14355	16322	16322	19353	19353		
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Архангельской области	1376	1376	1848	1848	1954	1954		
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Архан-	50	50	52	52	64	64		

	гельской области								
<b>Белгородская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Белгородской области	33490	51536	35000	68718	36500	70692	38000	70692
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Белгородской области	1914	3045	1985	3575	2045	5975	2105	5980
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Белгородской области	52	69	55	80	57	83	60	83
<b>Брянская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Брянской области	3185	2817	3200	3112	3200	4559	3200	5108
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Брянской области	923	841	1000	930	1000	815	1000	973
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Брянской области	20	22	21	22	21	24	21	24
<b>Владимирская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» во Владимирской области	4000	3900	4000	3900	4000	3900	4200	4070
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» во Влади-	3000	2500	3000	2600	3000	2500	3050	2700

	мирской области								
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» во Владимирской области	55	47	60	48	60	45	45	45
<b>Волгоградская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Волгоградской области	2750	2592	2800	2594	2850	1998	2900	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Волгоградской области		2132		2025		1849		-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Волгоградской области	79	52	48	48	58	44		-
<b>Вологодская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Вологодской области	15000	15774	16000	18791	16500	15313	18000	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Вологодской области	-	529	-	576	-	560	-	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Вологодской области	12	14	12	16	15	16	16	17
<b>Забайкальский край</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Забайкальском крае	3160	3160	2634	2634	2663	2663	2765	2765
2	Численность	1924	1924	1677	1677	1626	1626	1700	1700

	юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Забайкальском крае								
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Забайкальском крае	34	34	35	35	32	32	34	34
<b>Запорожская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Запорожской области	-	-	-	78	-	114	-	150
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Запорожской области	-	-	-	78	-	114	-	150
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Запорожской области	-	-	-	-	-	1	-	1
<b>Ивановская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Ивановской области	1964	2100	2050	2500	2080	3000	2120	3500
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Ивановской области	1175	1175	1310	1310	1489	1489	1480	1480
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Ивановской области	25	25	28	28	30	30	30	30
<b>Иркутская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «пла-	4061	3321	4100	2046	4200	2690	4300	-

	вание» в Иркутской области								
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Иркутской области	2700	1992	2800	1227	2900	1614	3000	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Иркутской области	85	74	85	51	88	56	90	-
<b>Калининградская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Калининградской области	13876	13988	15479	15860	23381	23589	24678	24789
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Калининградской области	659	670	720	730	850	877	910	930
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Калининградской области	21	21	23	23	27	27	27	27
<b>Калужская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Калужской области	9500	10708	9700	11511	10000	12680	10300	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Калужской области	3970	3317	4100	3439	4250	3446	4300	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Калужской области	54	51	57	51	60	56	60	-

<b>Камчатский край</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Камчатском крае	850	4693	850	4897	930	5431	1100	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Камчатском крае	400	654	400	680	440	584	480	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Камчатском крае	14	14	17	15	18	14	18	-
<b>Карачаево-Черкесская Республика</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Карачаево-Черкесской Республике	1775	2958	2200	2972	2400	2972	2900	2980
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Карачаево-Черкесской Республике	50	82	55	54	60	44	65	75
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Карачаево-Черкесской Республике	1	2	2	2	3	2	4	2
<b>Кемеровская область - Кузбасс</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Кемеровской области		59544		66555		72925		-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Кемеровской об-		2407		2514		2664		-

	ласти								
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Кемеровской области		46		49		51		-
<b>Кировская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Кировской области	1525	1525	1573	1487	1600	1562	1650	1612
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Кировской области	1435	1474	1450	1435	1470	1426	1495	1440
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Кировской области	31	30	32	31	33	30	34	28
<b>Костромская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Костромской области		16927		17196		19169	-	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Костромской области	444		430		430		-	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Костромской области	20	33	20	37	21	33	-	-
<b>Краснодарский край</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Краснодарском крае	43 330	43 330	43 830	43 970	44 300	44 990	44 800	-
2	Численность юных спортсме-	11 150	10 727	11 250	11 332	11 400	11 899	11 500	-



	нов, занимающихся видом спорта «плавание» в Краснодарском крае								
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Краснодарском крае	175	173		173		177		-
<b>Красноярский край</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Красноярском крае	38 480	41364	42 320	43085	50 560	51345	51000	52527
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Красноярском крае	6248	6552	6223	6590	7057	7485	7000	7940
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Красноярском крае	134	140	137	143	148	156	157	159
<b>Курганская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Курганской области	7000	7000	7065	7065	8000	8000	8500	8500
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Курганской области	241	241	390	545	400	680	425	730
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Курганской области	9	9	11	11	12	12	12	12
<b>Курская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в	3250	3300	3300	3334	3400	3420	3450	3500

	Курской области								
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Курской области	1100	1130	1150	1390	1300	1364	1330	1400
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Курской области	25	25	26	26	28	28	28	28
<b>Ленинградская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Ленинградской области	33000	45305	34500	58788	36000	60104	37500	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Ленинградской области	1700	1600	1900	1647	2100	2838	2300	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Ленинградской области	40	76	42	82	44	66	46	-
<b>Липецкая область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Липецкой области	40000	36912	40000	36944	40000	38308	40000	41170
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Липецкой области	7000	3683	7000	3890	7000	3920	7000	4164
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Липецкой области	60	56	60	56	60	57	60	58
<b>Магаданская область</b>									
1	Численность занимающихся ви-	3000	2887	3100	3190	-	4069	-	-

	дом спорта «плавание» в Магаданской области								
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Магаданской области	600	710	700	702	-	723	-	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Магаданской области	16	18	18	17	-	14	-	-
<b>Московская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Московской области	4700	4640	4800	4700	5000	4700	4700	4800
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Московской области	4400	4400	4460	4460	4500	5200	6700	6700
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Московской области	290	286	290	286	300	288	289	289
<b>Мурманская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Мурманской области	2500	20699	2500	25731	2600	32502	3500	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Мурманской области	750	2026	750	2073	780	2986	750	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Мурманской области	52	65	52	64	52	54	62	-

	ской области								
<b>Нижегородская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Нижегородской области	52300	52 363	52500	52 361	52500	52474	52600	52477
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Нижегородской области	11000	10983	12800	12864	12800	12760	12800	12709
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Нижегородской области	225	177	225	215	225	201	225	210
<b>Новгородская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Новгородской области	25 400	29 928	25 500	29 819	25 600	32 136	-	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Новгородской области	215	240	220	244	225	259	-	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Новгородской области	5	4	5	6	5	6	-	-
<b>Новосибирская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Новосибирской области	17000	17800	17500	18793	18000	20148	18500	-
2	Численность юных спортс-	2000	1865	2200	1983	2300	1395	2400	-

	менов, занимающихся видом спорта «плавание» в Новосибирской области								
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Новосибирской области	55	85	56	70	60	59	60	-
<b>Омская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Омской области	19 600	26 122	20 200	22 562	26 300	27 193	26 500	27 225
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Омской области	1200	1042	1300	909	905	900	950	940
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Омской области	25	23	25	19	15	23	16	23
<b>Оренбургская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Оренбургской области	12000	12771	13000	23303	14000	25957	15000	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Оренбургской области	1000	1246	1050	877	1100	1348	1150	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Оренбургской области	34	35	34	34	35	32	35	-

	области								
<b>Орловская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Орловской области	1200	1200	1200	1200	1200	1200	1200	1200
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Орловской области	400	505	450	606	500	708	550	708
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Орловской области	8	9	8	10	9	10	9	10
<b>Пензенская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Пензенской области	60 550	60550	55 789	55 789	58 454	58 454	56 000	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Пензенской области	4 495	4 495	4 464	4 464	4 403	4 403	4 443	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Пензенской области	70	70	59	59	58	58	73	-
<b>Пермский край</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Пермском крае	-	2752	-	2802		2752	-	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Пермском крае	1150	1127	1180	1087	1180	982	1200	-

3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Пермском крае	75	63	75	64	80	63	80	78
<b>Псковская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Псковской области	4500	4140	4800	4973	5000	6326	5200	5978
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Псковской области	3300	3064	3600	3779	4000	4971	4300	4674
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Псковской области	48	51	49	57	50	53	51	58
<b>Республика Адыгея</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Адыгея	-	40	-	47	-	70	-	77
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Адыгея	-	40	-	47	-	70	-	77
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Республике Адыгея	-	2	-	1	-	1	-	1
<b>Республика Башкортостан</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республика Башкортостан	46257	46800	47444	47444	49331	49331	-	-
2	Численность юных спортс-	28000	28200	29000	28956	30000	31457	-	-

	менов, занимающихся видом спорта «плавание» в Республика Башкортостан								
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Республика Башкортостан	130	117	130	109	130	117	-	-
<b>Республика Ингушетия</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Ингушетия	850	700	1100	950	1500	1200	1600	1250
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Ингушетия	50	35	70	60	120	100	160	130
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Республике Ингушетия	3	3	5	4	6	6	8	7
<b>Республика Калмыкия</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Калмыкия	100	100	110	110	150	150	150	150
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Республика Калмыкия	-	-	-	-	5	5	4	4
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в	2	2	2	2	3	3	3	3



	Республика Калмыкия								
<b>Республика Коми</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Коми	3200	2964	3300	2763	3400	2345	3500	2455
2	Численность юных спортсме- менов, зани- мающихся ви- дом спорта «плавание» в Республике Коми	3200	2371	3300	2017	3400	1980	3500	2029
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Республике Коми	54	55	54	55	54	51	54	51
<b>Республика Крым</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Крым	-	-	-	-	700	670	800	711
2	Численность юных спортсме- нов, занимаю- щихся видом спорта «плава- ние» в Респуб- лике Крым	-	-	-	-	700	650	800	692
3	Количество тре- неров по виду спорта «плава- ние» в Респуб- лике Крым	-	-	-	-	25	17	30	17
<b>Республика Марий Эл</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Ма- рий Эл	3 500	3 000	3 500	22 884	22 000	24 541	22 000	23 200
2	Численность юных спортс- менов, занима-	470	517	470	439	450	443	450	427

	ющихся видом спорта «плавание» в Республике Марий Эл								
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Республике Марий Эл	10	16	10	15	9	10	9	10
<b>Республика Мордовия</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Мордовия	312	318	336	344	367	375	378	389
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Мордовия	193	199	237	248	179	186	185	194
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Республике Мордовия	8	8	8	8	8	8	9	9
<b>Республика Саха (Якутия)</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республике САХА (Якутия)	13100		13300		13450		13600	18000
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Республике САХА (Якутия)	1550	498	1600	507	1650	531	1700	522
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в	42	10	43	10	44	10	45	13,5

	Республике САХА (Яку- тия)								
<b>Республика Хакасия</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Республике Хакасия	1200	1251	1200	1289	1300	1289	1300	1260
2	Численность юных спортсме- менов, зани- мающихся ви- дом спорта «плавание» в Республике Хакасия	1200	1251	1200	1289	1300	1289	1300	1260
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Республике Хакасия	26	29	26	27	28	30	30	29
<b>Рязанская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Рязанской обла- сти	1999	2816	1963	2787	2137	2879	2965	2965
2	Численность юных спортсме- нов, занимаю- щихся видом спорта «плава- ние» в Рязан- ской области	1984	2811	1951	2775	2123	2854	2943	2943
3	Количество тре- неров по виду спорта «плава- ние» в Рязан- ской области	58	58	61	61	70	70	70	70
<b>Саратовская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Саратовской области	17 000	25 175	18 000	25 648	20 000	18 532	22 000	-
2	Численность юных спортс-	1 500	1 539	1 550	1 744	1 600	1 743	1 700	-

	менов, занимающихся видом спорта «плавание» в Саратовской области								
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» Саратовской области	45	48	50	54	55	46	60	-
<b>Свердловская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Свердловской области	68352	61773	63942	62522	65630	64150	67850	66890
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Свердловской области	2551	2551	3245	3408	5847	5763	6155	6233
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Свердловской области	95	95	106	106	98	98	100	100
<b>Смоленская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Смоленской области	-	993	-	902	-	1384	-	1383
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Смоленской области	-	749	-	724	-	822	-	927
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в	-	30	-	34	-	32	-	30

	Смоленской области								
<b>Ставропольский край</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Ставропольском крае	3930	4211	3867	4543	3978	4737	4120	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Ставропольском крае	3890	4171	3827	4528	3938	4723	4080	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Ставропольском крае	62	68	64	66	66	58	66	62
<b>Тверская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Тверской области	1990	40587	2000	41029	2100	43472	2300	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Тверской области	700	1648	800	1675	800	1525	850	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Тверской области	33	32	35	31	37	32	40	32
<b>Тульская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Тульской области	2 000	2 000	2 100	2 100	2 100	2 200	2 200	2 200

2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Тульской области	16 600	16 600	16 700	16 700	16 700	16 700	16 800	16 800
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Тульской области	200	200	202	202	202	204	210	210
<b>Тюменская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Тюменской области	1174 4	15666 4	15600	19783	17600	21674	18900	22300
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Тюменской области	1310	1172	1174	1408	1200	2191	1220	2200
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Тюменской области	27	52	52	57	54	57	54	57
<b>Удмуртская Республика</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Удмуртской Республике	2410 0	24200	24300	24400	24500	24420	24500	24500
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Удмуртской Республике	1200	1640	1250	1973	1350	2448	3000	3000
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Удмуртской Республике	110	110	115	120	120	120	120	122

	ние» в Удмуртской Республике								
<b>Челябинская область</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Челябинской области	5000 0	50000	54600	54600	55100	55100	56300	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Челябинской области	1500	1640	1700	1750	1800	1880	1900	-
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Челябинской области	80	80	80	80	85	85	85	85
<b>Чеченская Республика</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Чеченской Республике	1100	1100	1500	1200	1600	1300	1700	1400
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плавание» в Чеченской Республике	250	250	300	300	400	350	500	370
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Чеченской Республике	3	3	4	4	5	4	6	4
<b>Чувашская Республика</b>									
1	Численность занимающихся видом спорта «плавание» в Чувашской Республике	3074 0	30 783	30760	36359	36500	33810	36703	-
2	Численность юных спортсменов, занимающихся видом спорта «плава-	1300	1410	1350	1873	1680	1879 5ФК	1700	-

	ние» в Чувашской Республике								
3	Количество тренеров по виду спорта «плавание» в Чувашской Республике	39	55	41	58	58	55	58	-

***Количество физкультурных мероприятий и массовых спортивных мероприятий по виду спорта, проведенных региональными спортивными федерациями, среди различных возрастных групп населения, в том числе среди обучающихся в образовательных организациях, среди лиц среднего и старшего возрастов, а также совместно со структурными подразделениями федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих руководство развитием военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта, общественно-государственными организациями, корпорациями***

Таблица 33 – Физкультурные мероприятия и массовые спортивные мероприятия по виду спорта «плавание», проведенные региональными федерациями плавания

Наименование Субъекта РФ	Количество физкультурных мероприятий по виду спорта, проведенных региональными спортивными федерациями		Количество массовых спортивных мероприятий по виду спорта, проведенных региональными спортивными федерациями	
	Среди различных возрастных групп населения в том числе среди:		Среди различных возрастных групп населения в том числе среди:	
	обучающихся в образовательных организациях	среди лиц среднего и старшего возрастов	обучающихся в образовательных организациях	среди лиц среднего и старшего возрастов
Алтайский край	-	4	24	16
Архангельская область	8	8	36	12
Белгородская область	37	48	49	15
Брянская область	1	1	12	2
Владимирская область	7	4	24	16
Волгоградская область	27	7	-	-
Вологодская область	62	10	40	40
Еврейская автономная область	27	6	18	3
Забайкальский край	12	4	12	6
Ивановская область	3	-	11	4
Иркутская область	7	7	2	-
Кабардино-Балкарская Республика	22	8	32	8



Калининградская область	5	2	3	2
Калужская область	6	-	42	3
Камчатский край	34	4	3	-
Карачаево-Черкесская Республика	24	9	8	5
Кемеровская область-Кузбасс	4	4	55	-
Кировская область	45	8	2	2
Краснодарский край	6	-	-	-
Красноярский край	35	60	28	18
Курганская область	9	1	3	2
Ленинградская область	4	-	10	3
Луганская Народная Республика	-	-	-	8
Магаданская область	1	-	7	-
Московская область	14	6	22	4
Мурманская область	-	-	7	-
Нижегородская область	6	-	136	-
Новгородская область	19	6	20	3
Новосибирская область	2	-	60	-
Омская область	11	-	-	1
Орловская область	3	1	6	1
Псковская область	14	5	4	2
Республика Адыгея	2	1	3	
Республика Алтай	12	8	4	4
Республика Башкортостан	4	2	2	1
Республика Ингушетия	4	2	2	1
Республика Карелия	44	8	-	-
Республика Коми	-	-	-	1
Республика Крым	-	2	-	-
Республика Крым	9	9	9	9
Республика Марий Эл	16	2	15	1
Республика Мордовия	14	8	89	2
Республика Саха (Якутия)	56	8	-	-
Республика Тыва	30	6	30	6
Республика Хакасия	16	4	10	8
Ростовская область	1	1	4	4
Рязанская область	5	2	14	2
Санкт-Петербург	19	5	21	5
Саратовская область	9	5	8	7
Смоленская область	3	3	5	2
Ставропольский край	42	6	3	3

Томская область	6	1	-	-
Тюменская область	30	2	28	2
Удмуртская Республика	12	-	8	8
ХМАО-Югра	7	4	5	5
Челябинская область	220	16	-	-
Чеченская Республика	-	-	3	-
Чувашская Республика	4	1	3	1
Оренбургская область	4	2	36	-
Пермский край	-	-	19	-
Москва	96	9	7	-
Липецкая область	0	4	0	8
Пензенская область	60	16	88	4
Запорожская область	-	-	8	-

***Динамика обеспеченности объектами спорта (плавательными бассейнами), соответствующими современным требованиям, или местами проведения учебно-тренировочного процесса и спортивных соревнований***

По данным федерального статистического наблюдения в Российской Федерации в 2023 году функционирует 6 765 плавательных бассейнов:

Таблица 34 - Спортивная инфраструктура плавательные бассейны 50м и 25м в Российской Федерации 2021-2023гг. (1-ФК)

Год	Бассейны всего	Бассейны 50 м	Для проведения спортивных соревнований	Находятся в аварийном состоянии	Бассейны 25 м	Для проведения спортивных соревнований	Находятся в аварийном состоянии
<b>2021</b>	6 422	<b>197</b>	126	6	<b>3 302</b>	1 599	66
<b>2022</b>	6 575	<b>201</b>	133	4	<b>3 405</b>	1 665	67
<b>2023</b>	6 765	<b>213</b>	140	4	<b>3 467</b>	1 708	62

***Сведения о предоставленных государственным и муниципальным учреждениям, осуществляющим деятельность в области физической культуры и спорта в виде основного вида деятельности, земельных участков и расположенных на них объектов спорта, находящихся в государственной или муниципальной собственности, в безвозмездное пользование или долгосрочную аренду по минимальной арендной ставке (наименование***

***учреждения, перечень объектов, условия их использования, в случае аренды указать размер ставки***

ФВВСП не располагает такими сведениями.

***Динамика количества физкультурно-спортивных организаций, в том числе физкультурно-спортивных клубов, по месту жительства или по месту работы, осуществляющих деятельность на территории субъекта Российской Федерации, включая анализ взаимодействия с такими организациями***

ФВВСП учет количества физкультурно-спортивных организаций, в том числе физкультурно-спортивных клубов, по месту жительства или по месту работы, осуществляющих деятельность на территории субъекта Российской Федерации официально не ведет, учитывая невозможность проведения таких мероприятий по виду спорта «плавание» по месту жительства или по месту работы.

**3.4. Наличие разработанных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки**

Разработанных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки в наличии не имеется.

**3.5. Принятые меры по созданию или поддержке производства современного конкурентного спортивного инвентаря и оборудования**

Всероссийской федерацией плавания инициирована и обеспечена финансовая поддержка разработке специализированной программы оценки соревновательной деятельности (ОСД) «Swimparser». Данная система в настоящее время внедряется в практику подготовки сборной команды России по плаванию. Эта программа позволяет использовать видео соревновательной деятельности пловца, загруженные с любого носителя. При отсутствии видео, в программе доступна уникальная обработка протоколов SPLASH MEET MANAGER на соревнованиях любого уровня.

**3.6. Количество внедренных научно обоснованных предложений (методических рекомендаций) в части совершенствования учебно-тренировочного процесса, оборудования, дополнительных образовательных программ спортивной подготовки для каждого этапа спортивной подготовки, количества специалистов в области физической культуры и спорта, входящих в составы спортивных сборных команд Рос-**

**сийской Федерации по виду спорта, защитивших степень кандида-  
та/доктора педагогических (иных) наук**

Специалистами Всероссийской федерации плавания осуществлена разработка ряда методик, обеспечивающих совершенствование и повышение эффективности различных аспектов тренировочного процесса:

1. Разработаны и внедрены в практику подготовки сборной команды электронные таблицы для расчета скоростей проплывания тренировочных серий в зависимости от скоростных возможностей пловца и запланированного результата на основной дистанции;

2. Разработана и внедрена методика «Определение темпов физического развития юных пловцов на основе мониторинга гормонального статуса организма»;

3. Разработана и внедрена технология определения перспективности пловцов на основе методики сопоставления демонстрируемой спортивной результативности с «нормативной траекторией» достижения рекордных результатов, которая позволяет оперативно оценивать эффективность тренировочной работы, прогнозировать перспективность спортсмена;

4. Разработана и внедрена «Система мониторинга подготовленности пловцов дальнего и ближнего резерва сборных команд России». Для осуществления такого мониторинга и анализа показателей подготовленности пловцов разработана компьютерная программа, обладающая собственной оболочкой, которая по заданному алгоритму рассчитывает ряд промежуточных параметров, производит ранжирование и оценку всех вводимых показателей в соответствие с заданной шкалой и выдаёт в цифровом и графическом виде оценку подготовленности пловцов;

5. Разработана и внедрена методика комплексного тестирования специальной физической и функциональной подготовленности пловцов при плавательных нагрузках в разных зонах энергообеспечения мышечной работы (разработана батарея тестов, определены их информативность и надежность);

6. Разработана и внедрена методика оценки гидродинамического статуса пловцов на основе определения коэффициента соотношения активного гидродинамического сопротивления и тотальной внешней механической мощности при плавании, который рассматривается как показатель оптимальности соотношения уровня мощности движителей пловца и гидродинамического сопротивления при плавании;

7. Разработана и внедрена в практику подготовки сборной команды специализированная программа оценки соревновательной деятельности «Swimparser», позволяющая использовать видео, загруженные с любого носителя. Загружается администратором. Без видео, доступна уникальная обработка протоколов SPLASH MEET MANAGER на соревнованиях любого уровня;

Совершенствованию и повышению эффективности учебно-тренировочного процесса в немалой степени способствует методическая ра-

бота Всероссийской федерации плавания. Регулярно издаются методические рекомендации и методические пособия для тренеров.

В 2023 году Всероссийской федерацией плавания издана монография: Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Управление тренировкой пловца: монография. - Волгоград : ПринТерра-Дизайн, 2023. - 696 с.

Силами сотрудников Всероссийской федерации плавания были подготовлены и изданы следующие **методические пособия**:

1. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н., Комаров Д.В. Система и основные принципы формирования дальнего и ближнего резерва сборной команды России по плаванию. Методическое пособие. - Волгоград: «ПринТерра-Дизайн», 2022. – 80 с.

2. Авдиенко В.Б., Бганцева И.В., Солопов И.Н. Психофункциональная подготовка спортсменов-пловцов: метод. пособие. - М. : Всероссийская федерация плавания, 2022.- 136 с.

3. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н., Дубич И.А., Комаров Д.В. Диагностика и оценка подготовленности пловцов. - М.: Всероссийская федерация плавания, 2022. - 152с.

4. Дубич И.А., Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Питание спортсменов-пловцов: метод. пособие.- М.: Всероссийская федерация плавания, 2023.- 144с.

С 2020 года Всероссийская федерация плавания начала выпуск информационно-аналитического бюллетеня «Спортивное плавание». Главной целью этого издания является повышение профессионального мастерства и методической оснащенности тренеров. К настоящему времени выпущено уже пять номеров бюллетеня.

За период с 2021 по 2024 годы специалисты в области физической культуры и спорта, входящие в составы Сборных команд, защитившие степень кандидата/доктора педагогических (иных) наук, отсутствуют.

### **3.7. Сведения о мероприятиях, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбе с ним, включая количество и перечень таких мероприятий**

В целях реализации мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним в соответствии со статьей 26 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными Министерством спорта Российской Федерации 11 декабря 2020 г. ФВВСП реализует следующие мероприятия:

- назначает должностных лиц, ответственных за организацию работы ФВВСП по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним во взаимодействии с федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, федеральным органом исполнительной власти, уполномоченным на медико-биологическое обеспечение спортсменов спортивных

сборных команд Российской Федерации, общероссийской антидопинговой организацией;

- размещает на официальном сайте ФВВСП [russwimming.ru](http://russwimming.ru) в информационно-телекоммуникационной сети Интернет общероссийские антидопинговые правила и антидопинговые правила, утвержденные международной федерацией «плавание», на русском языке (<https://russwimming.ru/data/list/antidoping.html>);

- обеспечивает ознакомление спортсменов, тренеров и иного персонала спортсмена с положениями действующих редакций Всемирного антидопингового кодекса и соответствующих международных стандартов, общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил международной спортивной федерации по виду спорта «плавание»;

- предоставляет в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами необходимую общероссийской антидопинговой организации «РАА «РУСАДА» информацию для формирования списка спортсменов в целях проведения тестирования, как в соревновательный период, так и во внесоревновательный период;

- уведомляет спортсменов в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами о включении их в список спортсменов, подлежащих тестированию, как в соревновательный период, так и во внесоревновательный период;

- оказывает содействие в сборе информации о местонахождении спортсменов, включенных в национальный пул тестирования;

- оказывает содействие в проведении тестирования в соответствии с порядком проведения допинг-контроля, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации;

- обеспечивает условия для проведения допинг-контроля на спортивных мероприятиях, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами и антидопинговыми правилами международной спортивной федерации по виду спорта «плавание», а также содействует проведению тестирования на указанных спортивных мероприятиях в соответствии с порядком проведения допинг-контроля;

- применяет санкции (в том числе спортивную дисквалификацию спортсменов) на основании и во исполнение решения соответствующей антидопинговой организации о нарушении антидопинговых правил спортсменами, а также тренерами, иными специалистами в области физической культуры и спорта в отношении спортсменов, участвующих в спортивном соревновании;

- информирует федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта, органы исполнительной власти соответствующих субъектов Российской Федерации, общероссийскую антидопинговую организацию, международную спортивную федерацию по виду спорта пла-

вание о принятых в отношении спортсменов и персонала спортсмена, нарушавших антидопинговые правила, санкциях;

- оказывает содействие в поиске контактной информации по спортсменам и (или) персоналу спортсменов, находящимся под юрисдикцией ФВВСР;

- обеспечивает спортсменов, тренеров и иной персонал спортсмена антидопинговыми информационно-образовательными материалами и методическими пособиями в целях информирования относительно всех последних изменений в Запрещенном списке ВАДА и соответствующих положениях международных спортивных объединений;

- организует участие спортсменов, тренеров и иной персонал спортсмена в образовательных семинарах, круглых столах, рабочих группах и иных мероприятиях по вопросам борьбы с допингом в спорте;

- осуществляет информационно-пропагандистскую деятельность по профилактике применения и использования спортсменами, тренерами и иным персоналом спортсмена запрещенных в спорте субстанций и методов;

- обеспечивает прохождение антидопинговых образовательных программ в рамках дополнительного профессионального образования сотрудников, ответственных за организацию работы по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним в ФВВСР, а также в Региональных федерациях плавания;

- проводит заседания Комиссии антидопингового контроля, где рассматриваются предложения по антидопинговым мероприятиям для включения их в план, а также определяются ответственные за выполнение антидопинговых мероприятий в командах (начальники команд).

- организует с целью формирования высокой личной ответственности у спортсменов, тренеров и обеспечивающего персонала в соответствии с дополнением в Регламент о чемпионатах, первенствах и Кубке России, а также других соревнований, проводимых под эгидой ФВВСР, представление антидопинговые декларации, подписанных спортсменами, тренерами и обеспечивающим персоналом, где отмечается какие из препаратов и БАДов они принимали;

- организует для кандидатов и членов спортивных сборных команд Российской Федерации по плаванию и по плаванию на открытой воде разработку индивидуальных фармакологических программы, а также консультирование спортсменов и тренеров по рациональному использованию в процессе соревновательной и тренировочной деятельности препаратов и методов, не включенных в «Запрещенный список»;

- обеспечивает доступность информации по вопросам антидопинга, для чего на сайте ФВВСР сформирована страничка «Антидопинг», где имеется новостная лента; изложены основные положения прав и обязанностей спортсменов в процессе допинг-контроля, а также представлена инфографика, повышающая понятность и доступность восприятия основных вопросов, связанных с использованием лекарственных препаратов и проведению допинг-контроля.

- создает условия проведения образовательных мероприятий по профилактике предотвращения использования спортсменами запрещенных средств и методов, а также своевременное заполнения АДАМС, для спортсменов, включенных в пулы тестирования World Aquatics и «РАА «РУСАДА»;

- внедряет антидопинговую культуру среди спортсменов разных уровней, а также среди тренеров, родителей, врачей и прочего персонала спортсменов, формирует не только привычку к здоровому образу жизни, нетерпимость к допингу, а также честное отношение к тренировочной и соревновательной деятельности, и к виду спорта в целом;

- реализует Антидопинговую стратегию Всероссийской федерации плавания, принятую президиумом Всероссийской федерации плавания 18 декабря 2022 г (протокол №10), целью которой является создание условий для повышения мотивации и личной ответственности спортсменов и тренеров по недопущению случаев использования в тренировочной и соревновательной деятельности препаратов и методов, включенных в «Запрещенный список»;

- в рамках Антидопинговой стратегии проводит планирование Антидопинговых мероприятий, включающих:

- а. обязательное прохождение онлайн-курса «РАА «РУСАДА» и получение всеми спортсменами-пловцами, тренерами и персоналом спортсменов сертификата по дистанционному обучению антидопинговым правилам;

- б. подготовку и тиражирование информационно-просветительных, а также методических материалов, рассчитанных на все возрастные группы спортсменов, тренеров и специалистов, участвующих в подготовке пловцов;

- в. разработку учебного плана по антидопинговому образованию для спортсменов и персонала всех уровней;

- г. использование инструментов дистанционного обучения;

- д. создает условия для проведения специалистами «РАА «РУСАДА» викторин по тематике, посвященной антидопингу;

- е. проводит со спортсменами, тренерами и персоналом спортсмена обучающих мероприятий по антидопинговым правилам, последствиям их нарушений, процедуре допинг-контроля и работе в системе АДАМС со спортсменами, включенными в национальный и международный пул тестирования.

### **3.8. Сведения о работе со средствами массовой информации (далее - СМИ), частоте цитирования в СМИ**

Одной из важнейших задач ФВВСП является популяризация и пропаганда массового, оздоровительного и спортивного плавания среди всех групп населения Российской Федерации.

В рамках этой задачи ФВВСП продолжает работу со средствами массовой информации, в целях освещения спортивных мероприятий, привлечения новых зрителей на Всероссийские соревнования по плаванию и формированию положительного имиджа вида спорта «плавание» и сборных команд Российской Федерации по плаванию и плаванию на открытой воде.



За период работы с 2021 года Всероссийская федерация плавания увеличила количество спортивных трансляций соревнований по плаванию на телеканалах холдинга «Матч» и телеканалах «Старт». По итогам совместной работы был замечен рост интереса телезрителей к трансляциям спортивных соревнований, по итогам 2023 года общая аудитория телеканалов и ресурсов ВФП составляет более 13,5 миллионов и продолжает расти.

ФВВСП активно сотрудничает с редакцией телеканала Матч ТВ в подготовке тематических репортажей, фильмов и письменных материалов про плавание. Также ФВВСП содействует в подготовке письменных и аудиовизуальных материалов для информационного РИА новости, информационного агентства ТАСС, холдинга ВГТРК, газеты Комсомольская правда, радио «Движение».

В результате работы со СМИ вид спорта «Плавание» входит в 10-ку видов спорта по количеству упоминаний и по количеству просмотров пользователей.

В целях популяризации вида спорта «плавание» ФВВСП выпускает свои средства информации – ежеквартальный глянцевоый журнал «Плавание» и онлайн-газету «Плавание для всех». Журнал «Плавание» способствует поддержке интересов профессиональной целевой аудитории, в то время как газета «Плавание для всех» содействует формированию общественного мнения широкого круга читателей, где публикуются статьи о развитии плавания в регионах, которые пишут представители данного субъекта Российской Федерации.

### **3.9. Количество реализованных мероприятий по пропаганде вида спорта**

В целях пропаганды вида спорта «плавание» ФВВСП проводит мастер-классы, встречи с чемпионами и автограф-сессии со спортсменами. С начала 2021 года и по август 2024 года ВФП провела 12 мастер-классов в 7 городах Российской Федерации. В 2024 году впервые состоялся фестиваль «День пловца», который прошел в 7 городах России в рамках реализации программы «Плавание для всех», в фестивале приняли участие более 1000 детей и взрослых всех возрастов.

Автограф-сессии и встречи с чемпионами проводятся в рамках чемпионатов и этапов Кубка России по плаванию для привлечения детской аудитории и повышения мотивации юных спортсменов. Всего с 2021 прошло 11 встреч с представителями ВФП и 19 автограф-сессий с ведущими спортсменами Российской Федерации.

В рамках форума-выставки «Россия» 7 апреля 2024 года состоялся День плавания, на котором все желающие могли посоревноваться на тренажерах с результатами действующих пловцов сборной команды России, задать вопросы представителями ВФП, а также встретиться со спортсменами. Данный формат привлек большое внимание у любителей плавания города Москвы и за день стенд федерации посетили более 500 человек.

Также в целях популяризации плавания среди работающего населения страны ВФП регулярно проводит эстафеты среди сборных команд министерств, ведомств и корпораций. В ВФП поступало множество положительных откликов от членов команд, принявших участие в эстафете. В 2024 году эстафета впервые прошла на открытой воде.

### **3.10. Проблемы развития вида спорта в Российской Федерации, их характеристика и анализ причин их возникновения**

В настоящее время существует ряд проблем, влияющих на развитие вида спорта «плавание» в субъектах Российской Федерации, требующих неотложного решения:

#### **Общие проблемы:**

- Объективная необходимость проведения корректировок планов проведения спортивными организациями тренировочных мероприятий в сторону сокращения как количества занятий на воде, так и по количеству занимающихся. Это связано, в первую очередь, с отсутствием у спортивных организаций собственной тренировочной базы, что предполагает аренду плавательных бассейнов, но постоянный рост цен на оказываемые услуги имеют негативные последствия;

- средний возраст тренеров имеет тенденцию к росту (сейчас он составляет 50-55 лет), тренерский состав практически не пополняется квалифицированными молодыми специалистами. Одной из причин является низкая заработная плата на начальном этапе карьеры тренера-преподавателя. Выгоднее работать на обучении плаванию, а не на этапах высшего мастерства;

- в большинстве субъектов Российской Федерации не построено ни одного плавательного бассейна (в том числе 50 м), отвечающих современным требованиям для подготовки спортсменов высокого класса и проведения всероссийских соревнований (чемпионатов и первенств федеральных округов, Этапов Кубка России, Этапов Спартакиад России). Причины в недостаточном бюджетировании спортивной отрасли, а также в слабом контроле органов исполнительной власти за выполнением государственных программ по развитию спортивной отрасли ;

- недостаточное бюджетное финансирование на первоочередные мероприятия: выездные спортивные соревнования, приобретение спортивного инвентаря и спортивной экипировки, ремонт плавательных бассейнов (в том числе и капитальный). Причина кроется в ограниченном бюджетном финансировании сферы физической культуры и спорта органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации;

- с окончанием отопительного сезона большинство бассейнов в субъектах Российской Федерации закрываются до сентября. Причина объективная, мало исправимая и зависящая от возможности собственника спортивного сооружения иметь собственную котельную для горячего водоснабжения;

- высокая стоимость электро- и теплоэнергии, что делает обучение плаванию недоступным для значительной части населения городов Дальневосточного федерального округа (пример - Петропавловск-Камчатский). Начало учебно-тренировочного процесса в группах спортивного плавания в плавательных бассейнах северных регионов напрямую зависит от начала отопительного сезона и его окончания. Причин много и прежде всего экономического характера в субъектах Российской Федерации.

### **3.11. Обоснованные предложения по решению проблем развития вида спорта в Российской Федерации на региональном или федеральном уровне**

Для государственной систематизации и поддержки подготовки спортивного резерва, обеспечения надлежащих условий труда для квалифицированных кадров физкультурно-спортивных организаций, ФВВСП вносит **предложения**, которые, позволят добиться ускорение роста спортивных результатов в одном из самых медалеёмких видов спорта:

- государственное распределение в спортивные школы студентов-бюджетников сроком на 2 года после окончания профильного ВУЗа (*решение проблемы нехватки и омоложения кадров*);
  - увеличение оплаты труда тренерам/тренерам-преподавателям спортивных организаций;
  - включение в общеобразовательную программу школ уроков плавания (*начиная с курса 36 часов начального обучения для 3-4 классов*);
  - согласование с ФВВСП проектов строительства спортивных плавательных бассейнов (25 м) при общеобразовательных школах;
  - включить в перечень базовых видов спорта все субъекты Российской Федерации, развивающие спортивное плавание и плавание на открытой воде;
  - при введении в эксплуатацию спортивных сооружений с плавательными бассейнами 25 м и 50 м открывать спортивные школы по плаванию;
  - все составы сборной команды России по плаванию и по плаванию на открытой воде в год должны проходить тренировочные мероприятия не менее 25 000 чел/день;
  - вид спорта должен стать приоритетным для страны.

### **3.12. Анализ рисков реализации программы и описание мер управления возможными рисками**

Для успешной реализации Программы развития плавания в Российской Федерации до 2028 г. в предшествующие годы сделан хороший задел для создания необходимых условий по развитию вида спорта – плавание.

За счет собственных средств и спонсорской поддержки ФВВСП плавания создан и успешно функционирует учебно-тренировочный центр Всероссийской федерации плавания, где эффективно ведется селекционная работа с

юными спортсменами, реализуются собственные программы подготовки резерва сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде.

Создана устойчивая система эффективной подготовки и переподготовки тренеров и специалистов. Набирает обороты массовый студенческий спорт.

Приняты необходимые меры по совершенствованию практики эффективного спортивного судейства соревнований, проводящихся на федеральном уровне и в субъектах Российской Федерации.

Практически во всех субъектах действуют региональные федерации по плаванию, сформировались федерации в новых субъекта России, что позволяет рассчитывать на успешную реализацию Программы.

Не ослабевает информационная деятельность. Осуществляется пропаганда плавания в регулярных изданиях журнала «Плавание», газеты «Плавание для все», на сайте федерации и на его социальных страницах.

Не смотря на такой благоприятный фон, федерация видит определенные риски, связанные с реализацией программы. Степень рисков и меры по их снижению представлены в таблице 35.

Таблица 35 - Степень рисков реализации программы и меры по их снижению

<b>Описание рисков</b>	<b>Негативное влияние</b>	<b>Меры управления рисками</b>
Изменения законодательных актов в сфере физической культуры и спорте.	Невозможность реализации ряда запланированных мероприятий программы, не достижение заявленных результатов.	Мониторинг изменений. Своевременная корректировка мероприятий
Ухудшение общей экономической ситуации в стране.	Снижение/не выполнение программы, корректировка сроков.	Мониторинг экономической ситуации, актуализация программы.
Нестабильность объемов бюджетного/внебюджетного финансирования.	Снижение/не выполнение программы, корректировка сроков.	Законодательное урегулирование вопроса определения объемов бюджетного и внебюджетного финансирования каждой спортивной федерации Мониторинг, перераспределение финансовых средств.
Сокращение/недостаточное финансирование спорта высших достижений.	Недовыполнение целевой комплексной программы подготовки к играм Олимпиады 2028.	Законодательное регулирование финансирования спорта высших достижений за счет целевых отчислений от азартных игр.
Несвоевременное принятие	Нарушения сроков ре-	Оперативное реагирова-

решений по корректировке мероприятий по реализации программы.	ализации программы, не достижение заявленных целей.	ние на выявленные недостатки. Своевременная корректировка мероприятий.
---	---	--

### **3.13. Результаты взаимодействия Федерации на основании соглашений о сотрудничестве с образовательными организациями высшего образования, подведомственными Министерству, и иными образовательными организациями высшего образования по проведению подготовки, переподготовки и повышения квалификации тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта, в том числе по направлениям цифровой грамотности и информационно-коммуникационных технологий**

В соответствии с соглашением о научно-методическом сотрудничестве между Всероссийской федерацией плавания, ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры» и ФГБУ «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК) от 31 января 2022 года осуществляется совместная работа по организации и проведению курсов повышения квалификации для тренеров по плаванию.

В 2022 году в период с 11 по 17 октября проведены совместно с Волгоградской государственной академией физической культуры курсы повышения квалификации тренеров по плаванию «Управление тренировкой высококвалифицированных пловцов в олимпийском цикле» (72 часа). В курсах приняли участие 77 тренеров из большинства регионов России и ближнего зарубежья.

В 2023 году в ноябре в удаленном формате проведены совместно с Волгоградской государственной академией физической культуры курсы повышения квалификации тренеров по плаванию «Управление тренировкой высококвалифицированных пловцов в олимпийском цикле» (72 часа). В курсах приняли участие 160 тренеров.

В сентябре 2021 года Всероссийской федерацией плавания совместно с Волгоградской ГАФК проведена Всероссийская научно-практическая конференция «Актуальные проблемы подготовки пловцов дальнего и ближнего резерва и спортсменов высокой квалификации» (г. Волгоград, сентябрь 2021г.).

На основании соглашения о научно-методическом сотрудничестве между Всероссийской федерацией плавания, ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры» и ФГБУ «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК) от 31 января 2022 года в период с 2022 по 2024 гг. осуществлялось выполнение научно-исследовательской работы по теме «Разработка методики дифференцированно-интегративной и оценки функциональной и специальной физической подготовленности пловцов на разных этапах многолетней подготовки», по завершению которой планируется внедрить цифровую платформу: «Ав-

томатизированная система сбора и дифференцированной оценки функциональной и специальной физической подготовленности пловцов на различных этапах многолетней спортивной подготовки», позволяющую существенно расширить контингент наблюдаемых спортсменов и таким образом увеличить базу для подготовки спортивного резерва. Основные положения данной разработки представлены в статье: «Автоматизированная система сбора и дифференцированной оценки функциональной и специальной физической подготовленности пловцов разного уровня квалификации / И. Н. Солопов, Т. Г. Фомиченко, В. Б. Авдиенко, И. В. Бганцева // Теория и практика физической культуры. – 2024. – № 7. – С. 41-43».

В 2024 году осуществлялось взаимодействие с ФГБОУ ВО «Костромской Государственный Университет», который предлагает разработать «Универсальную программно-аппаратную платформу для построения, контроля и анализа тренировок пловцов». Разработка этой платформы предполагает создание алгоритма построения тренировок на основе экспертных знаний и передовых методик, создание цифровой экспертной системы на базе алгоритма построения тренировок, разработка системы контроля спортсменов в тренировочном процессе с помощью компьютерного зрения и смарт секундомера нового поколения, объединение перечисленных компонентов в единую платформу управления тренировочным процессом. Внедрение этой цифровой платформы облегчит труд тренеров по составлению оптимальных тренировочных планов, управлению и контролю тренировок, а также сбору и анализу основных параметров работы спортсменов, за счет автоматизации ряда компонентов управления тренировкой.

### **3.14. Сведения о внедрении системы учета спортсменов и результатов их выступлений с использованием цифровых платформ и цифровых решений, в том числе учета спортивных судей, тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта**

В соответствие с современными тенденциями внедрения в область спортивной тренировки цифровых технологий специалистами Всероссийской федерации плавания осуществлена разработка ряда методик, реализуемых в том числе, посредством компьютерных алгоритмов, для определенной автоматизации тренировочного процесса:

1. С апреля 2023 года Всероссийской федерации плавания был заключен договор с разработчиками АИС LSPORT об использовании данной информационной системы для ведения учета спортсменов, тренеров, судей и иных специалистов во всех регионах, аккредитованных Всероссийской федерацией плавания.

Данная система позволяет, также, вести учет всех результатов спортсменов, показанных на муниципальном, региональном и всероссийском статусе соревнований. Все технические заявки на соревнования по плаванию подаются с 2023 года в этой системе. Результаты, показанные спортсменами, загружаются, также, в нее.

В LSPORT ведется учет судейской практики судей всех категорий, учет их теоретической подготовки и сдачи зачетов.

ФВВСП и в дальнейшем планирует использовать данную систему для цифровизации всех процессов, связанных с учетом всех категорий специалистов, спортсменов, судей, рейтингом результатов и иных возможностей информационной системы.

2. При поддержке ФВВСП разработана и внедрена в практику подготовки сборной команды специализированная программа оценки соревновательной деятельности «Swimparser», позволяющая использовать видео, загруженные с любого носителя. Без видео доступна уникальная обработка протоколов SPLASH MEET MANAGER на соревнованиях любого уровня;

3. Разработана и внедрена «Система мониторинга подготовленности пловцов дальнего и ближнего резерва сборных команд России». Для осуществления такого мониторинга и анализа показателей подготовленности пловцов разработана компьютерная программа, позволяющая автоматизировано обрабатывать результаты тестирования и ранжировать их. Компьютерная программа по заданному алгоритму рассчитывает ряд промежуточных параметров, производит ранжирование и оценку всех вводимых показателей в соответствие с заданной шкалой и выдаёт в цифровом и графическом виде оценку двух типов:

- интегративная оценка, в виде усредненного балла только введенных показателей. Это позволяет, за недостатком всего объема показателей получить, пусть в меньшем объеме, но интегративную оценку. Оценка по одному показателю допускается только в том, исключительном случае, когда этим единственным показателем является - спортивный результат.

- дифференцированная оценка каждого показателя в отдельности (и в сравнении его с другими оцениваемыми показателями). Это позволяет получать представление о «сильных» и «слабых» сторонах подготовленности пловца, о соотношении развития её отдельных компонентов.

На основании полученных интегративных оценок осуществляется формирование составов участников как тренировочных мероприятий ФВВСП «Я стану чемпионом!» и «Переходный состав», так составов сборных команд России всех уровней. Дифференцированная оценка различных компонентов специальной физической, технической и функциональной подготовленности спортсменов может служить основанием для коррекции структуры тренировочных средств и тренирующих нагрузок в ходе учебно-тренировочного процесса. Предусмотрено формирование банка получаемых данных.

#### **4. ЦЕЛЕВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ (ИНДИКАТОРЫ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФЕДЕРАЦИИ ПО РАЗВИТИЮ ВИДА СПОРТА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ. ОСНОВНЫЕ ОЖИДАЕМЫЕ КОНЕЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### 4.1. Целевые показатели (индикаторы) деятельности Федерации по подготовке и выступлению спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию

Целевые показатели результатов выступления спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию на Играх Олимпиады, чемпионатах мира и Европы, юношеских Олимпийских игр представлены в таблице 36

Таблица 36

Показатели	Изменение показателей по этапам реализации программы	
	2025-2026	2027-2028
Количество медалей на Олимпийских играх (золотые – серебряные – бронзовые)	-	3-3-3
Количество медалей на чемпионатах мира (золотые – серебряные – бронзовые)	6-4-4	6-4-4
Количество медалей на чемпионатах Европы (золотые – серебряные – бронзовые)	9-5-5	9-5-5
Количество медалей на Юношеских Олимпийских играх (золотые – серебряные – бронзовые)	12-8-6	-
Количество медалей на Юношеских чемпионатах мира (золотые – серебряные – бронзовые)	8-6-5	8-6-5
Количество медалей на Юношеских чемпионатах Европы (золотые – серебряные – бронзовые)	12-8-8	12-8-8

#### *Планируемая динамика численности занимающихся видом спорта с учетом сведений федерального статистического наблюдения*

Отправной точкой для вовлечения населения в занятия плаванием является создание условий для обучения плаванию, в первую очередь, детей, поскольку плавание является базовым навыком, который позволит не только улучшить состояние здоровья подрастающего поколения, увеличить уровень его физической активности, но и будет способствовать профилактике несчастных случаев на воде. С учетом проявившейся тенденции и возрастающей популярности плавания среди населения, вполне обоснованным счита-



ем сделать следующий прогноз динамики численности занимающихся плаванием в Российской Федерации 2025-2028 гг. (табл. 36).

Таблица 36 - Прогноз численности занимающихся плаванием в Российской Федерации 2025-2028 гг.

Год	Численность занимающихся (чел.)		Число штатных тренеров	Число спортивных судей
	Всего	женщины		
<b>2025</b>	2 800 000	1 400 000	5 760	4 600
<b>2026</b>	2 850 000	1 450 000	5 860	4 650
<b>2027</b>	2 870 000	1 460 000	5 870	4 660
<b>2028</b>	2 890 000	1 500 000	5 900	4 680

*Кадровый потенциал, где критериями целевого показателя является планируемое увеличение (сохранение) численности тренеров с учетом сведений федерального статистического наблюдения*

С учетом планируемого роста численности занимающихся плаванием в Российской Федерации 2025-2028 гг. предполагается увеличение и численности тренерского корпуса (таблица 37).

Таблица 37 – Прогноз по числу штатных тренеров, тренеров-преподавателей по виду спорта «плавание» в Российской Федерации 2025-2028 гг.

Год	Число штатных тренеров, тренеров преподавателей (человек)	С профессиональным образованием	
		Высшим образованием	Средним профессиональным образованием
<b>2025</b>	5 765	4 650	780
<b>2026</b>	5 800	4 660	790
<b>2027</b>	5 845	4 670	800
<b>2028</b>	5 900	4 700	830

Уровень развития плавания в субъектах Российской Федерации характеризуется следующими показателями.

*Количество региональных спортивных федераций, а также субъектов Российской Федерации, развивающих вид спорта, как базовый.*

В 2022 году Министерством спорта Российской Федерации совместно с общероссийскими федерациями был сформирован перечень базовых видов спорта, развиваемых в субъектах Российской Федерации для подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта (Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 23 июня 2022 года № 533 «Об утверждении перечня базовых видов спорта», зарегистрировано в Минюсте России 29.07.2022 № 69448)

В соответствии с данным перечнем плавания, в качестве базового вида, определено в 43 субъектах Российской Федерации (табл. 38).

Таблица 38 - Субъекты Российской Федерации, где вид спорта «плавание» является базовым

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ	1	Брянская область
	2	Воронежская область
	3	Калужская область
	4	Смоленская область
	5	Липецкая область
	6	Московская область
	7	Ярославская область
	8	город Москва
СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ	9	Архангельская область
	10	Калининградская область
	11	Ленинградская область
	12	Мурманская область
	13	Республика КОМИ
	14	город Санкт-Петербург
ЮЖНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ	15	Волгоградская область
	16	Краснодарский край
	17	Ростовская область
СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ	18	Ставропольский край
ПРИВОЛЖСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ	19	Республика Марий Эл
	20	Республика Мордовия
	21	Республика Татарстан
	22	Республика Башкортостан
	23	Удмуртская Республика
	24	Кировская область
	25	Нижегородская область
	26	Оренбургская область
	27	Пензенская область
	28	Пермский край
	29	Самарская область
	30	Ульяновская область
УРАЛЬСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ	31	Свердловская область
	32	Тюменская область
	33	Ханты-Мансийский АО-Югра
	34	Челябинская область

	35	Ямало-Ненецкий Автономный округ
СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ	36	Алтайский край
	37	Красноярский край
	38	Кемеровская область
	39	Новосибирская область
	40	Омская область
ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ	41	Хабаровский край
	42	Камчатский край
	43	Республика Бурятия

*Организационные мероприятия по внедрению массовых форм занятий видом спорта, в том числе планируемое региональными спортивными федерациями количество физкультурных мероприятий среди различных возрастных групп населения, в том числе среди лиц, обучающихся в образовательных организациях, среди экономически активного населения и лиц старшего возраста, а также совместно со структурными подразделениями федеральных органов исполнительной власти*

В 2019 г. Министерством спорта Российской Федерации, Министерством просвещения Российской Федерации, Министерством науки и высшего образования Российской Федерации, Всероссийской федерацией плавания (ВФП) утверждена Межведомственная программа «Плавание для всех» (далее Программа).

Распоряжением Правительства Российской Федерации ВФП с 2022 г. назначена координатором Программы. За этот период ВФП осуществлено следующее:

- совместно с НГУ им. П.Ф. Лесгафта разработана и утверждена модель управления реализацией Программы;
- проведена информационно-коммуникационной компания совместно с ООО Выставочное объединение «РЕСТЭК» по формированию среди обучающихся и их родителей культуры поведения на воде и популяризация плавания как жизненно необходимого навыка, в том числе: освещение реализации программы в региональных и федеральных СМИ, подготовка информационных статей для прессы и интернет-порталов, публикация и тиражирование пропагандистских материалов;
- проведены физкультурные и просветительские мероприятия совместно с ООО Выставочное объединение «РЕСТЭК» по вовлечению населения различных возрастных и социальных групп, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в занятия плаванием;
- проведен мониторинг состояния бассейнов для плавания всех размеров разновидностей и форм собственности с точки зрения возможности их использования для обучения и занятий плаванием населения различных возрастных групп, определения потребности в их модернизации для соответствия современным требованиям, в том числе требованиям доступности для

занятий плаванием инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья совместно с ОФСОО «Российская ассоциация спортивных сооружений»;

- разработаны методические рекомендации по проектированию бассейнов для плавания различных типов, отвечающих требованиям для включения в реестр экономически эффективной проектной документации совместно с ОФСОО «Российская ассоциация спортивных сооружений»;

- осуществлена разработка и апробация инструментов прогнозирования и планирования потребности педагогических, тренерских кадров по плаванию для территорий, где запланировано строительство современных бассейнов для плавания;

- разработаны и актуализированы современные своды правил проектирования и национальных стандартов, оборудования бассейнов для плавания с учетом их многофункционального использования для различных возрастных и социальных групп населения и применения современных инновационных технологий и принципов безопасности и преимущественного импортозамещения;

- проведена оценка ресурсной обеспеченности достижимости показателей и ожидаемых результатов Программы, а также межведомственных программ «Плавание для всех» в субъектах Российской Федерации совместно с РЭУ им. Г.В. Плеханова;

- разработана примерная рабочая программа учебного предмета «физическая культура» (модуль «плавание») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего и основного общего образования, включающая 36-часовую программу обучения плаванию;

- утверждена дополнительная общеразвивающая программа «Обучение плаванию» для летних оздоровительных лагерей первичным навыкам плавания. Подготовлены теоретические материалы и тестовые задания по темам «Организация проведения занятий в школьных спортивных клубах на основе учебных модулей по видам спорта с обучающимися, осваивающими программы начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

- подготовлены справочные материалы для Министра промышленности и торговли Российской Федерации по вопросу создания быстровозводимых и малобюджетных модульных некапитальных объектов спорта и целевого финансирования государственного (муниципального) социального заказа на оказание на их базе услуг физическим лицам в сфере физической культуры и спорта;

- Актуализирован проект Программы всеобщего обучения детей плаванию как базовому жизнеобеспечивающему навыку на период до 2030 года.

**В период с 2025 по 2028 гг. ФВВСП продолжит работу по реализации Программы, в том числе планируется осуществить следующее:**

- развитие направления массового плавания в рамках координации работы с субъектами Российской Федерации;

- вовлечение социально ориентированных некоммерческих организаций в реализацию мероприятий Программы и региональных программ;
- участие в проведении ежегодного мониторинга реализации Программы, включающей всеобщее обучение детей плаванию как базовому жизнеобеспечивающему навыку, в субъектах Российской Федерации;
- проведение мониторинга состояния плавательных бассейнов всех размеров, разновидностей и форм собственности с точки зрения возможностей их использования для обучения и занятий плаванием населения различных возрастных групп, определения потребности в модернизации таких бассейнов для соответствия современным требованиям, в том числе требованиям доступности для занятий плаванием инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- дальнейшая апробация и создание за счет внебюджетных источников отечественных быстровозводимых модульных некапитальных плавательных бассейнов малых форм, включая мобильные, а также их эксплуатация за счет государственного (муниципального) социального заказа на оказание услуг по обучению и организации занятий плаванием с различными категориями граждан;
- организация и проведение физкультурных и просветительских мероприятий по вовлечению в занятия плаванием различных возрастных и социальных групп населения.

Таблица 39 – Организационные мероприятия по внедрению массовых форм занятий видом спорта, в том числе планируемое региональными спортивными федерациями количество физкультурных мероприятий среди различных возрастных групп населения

Наименование субъекта РФ	Среди различных возрастных групп населения в том числе среди:		
	обучающихся в образовательных организациях	среди экономически активного населения	лиц старшего возраста
Алтайский край	-	-	-
Архангельская область	8	8	8
Белгородская область	98	24	4
Брянская область	8	-	-
Владимирская область	7	4	-
Волгоградская область	-	-	-
Вологодская область	7	4	4
Еврейская автономная область	4	4	4
Забайкальский край	3	2	2
Ивановская область	-	-	-
Иркутская область	2	-	-
Кабардино-Балкарская Республика	32	8	4
Калининградская область	3	2	1
Калужская область	16	2	-
Камчатский край	4	2	2

Карачаево-Черкесская Республика	4	1	1
Кемеровская область-Кузбасс	4	4	4
Кировская область	-	-	-
Краснодарский край	6	-	-
Красноярский край	20	34	16
Курганская область	12	6	3
Ленинградская область	1	2	1
Луганская Народная Республика	-	-	-
Магаданская область	-	1	-
Московская область	12	6	2
Мурманская область	-	-	-
Нижегородская область	8	2	2
Новгородская область	4	4	2
Новосибирская область	-	-	-
Омская область	1	1	1
Орловская область	7	1	0
Псковская область	20	3	2
Республика Адыгея	3	-	2
Республика Алтай	4	4	4
Республика Башкортостан	5	2	1
Республика Ингушетия	3	2	1
Республика Карелия	44	4	8
Республика Коми	-	-	1
Республика Крым	-	-	-
Республика Крым	9	9	9
Республика Марий Эл	11	5	2
Республика Мордовия	6	2	2
Республика Саха (Якутия)	-	-	-
Республика Тыва	5	3	1
Республика Хакасия	-	-	-
Ростовская область	2	2	2
Рязанская область	-	2	2
Санкт-Петербург	21	5	4
Саратовская область	3	3	3
Смоленская область	3	2	2
Ставропольский край	42	3	3
Томская область	3	5	1
Тюменская область	4	4	2
Удмуртская Республика	12	-	8
ХМАО-Югра	2	2	2
Челябинская область	-	-	-
Чеченская Республика	-	-	-
Чувашская Республика	12	6	4
Оренбургская область	-	-	-
Пермский край	-	-	-
Москва	-	-	-
Липецкая область	12	8	4
Пензенская область	60	4	4
Запорожская область	-	-	-

### ***Динамика численности спортивных судей, которым присвоены квалификационные категории спортивных судей***

Количество присвоений судейских категорий, в том числе и всероссийской резко снизилось в период пандемии и влияние этого промежутка времени сказывается до сих пор, так как при присвоении всероссийской судейской категории учитывается период в предыдущие 4 года (практика судейства и теоретической подготовки).

В 2024 году численность присвоений судейских категорий выходит на планируемое количество. Ежегодно судей всероссийской категории готовится не менее 10. Подтверждают ВК не менее 20 человек ежегодно. Динамика численности спортивных судей, которым присвоена Всероссийская категория отражена в (табл. 40).

Таблица 40

Показатели	Статистические данные	Изменение показателей по этапам реализации программы	
		2025-2026	2027-2028
Динамика численности спортивных судей	2021-2024	2025-2026	2027-2028
	34	28	30

Федерацией водных видов спорта России подготовлен новый проект «Квалификационных требований к спортивным судьям по виду спорта «плавание», который в ближайшее время будет направлен на утверждение в Минспорт России. В нем учтены изменения в Правилах вида спорта «плавание» и новые потребности в количестве судей на соревнованиях всех статусов и их новые обязанности.

В течение следующих четырех лет ФВВСП планирует не снижать количество всероссийских семинаров судей и проводить их не менее 2-х за год. При необходимости будут проведены дополнительные семинары, в том числе и для отдельных должностей судей (секретари, судьи на открытой воде, рефери). Для этого будут широко применяться и цифровые технологии (как это уже было опробовано в период пандемии).

### ***Количество мероприятий, проводимых среди спортсменов, тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним***

Антидопинговая политика Федерации водных видов спорта России реализуется путем организации и проведении мероприятий по профилактике применения допинга среди спортсменов сборной команды. Данные мероприятия проводятся ежегодно на тренерских Советах и общих собраниях сборной команды, в ходе которых рассматриваются вопросы изменений в международных стандартах списка запрещенных средств и методов, использования

запрещенных субстанций. Обсуждаются вопросы антидопинговых правил и процедурных правил допинг контроля.

Количество мероприятий, проводимых среди спортсменов, тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним отражены в таблице 41.

Таблица 41

Показатели	Статистические данные	Изменение показателей по этапам реализации программы	
		2021-2024	2025-2026
Количество мероприятий, проводимых среди спортсменов, тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	116	72	74

Целевыми показателями антидопинговых мероприятий являются:

- недопущение нарушений антидопинговых правил во время тренировочного процесса и проведения соревнований национального и международного уровней (чемпионаты мира и Европы по водным видам спорта, летние Олимпийские игры);

- формирование у спортсменов-пловцов нетерпимого отношения к нарушениям антидопинговых правил.

- обеспечение спортсменов всех уровней и персонала спортсменов знаниями положений Всемирного антидопингового кодекса, а также систематическое доведение основных видов нарушений Антидопинговых правил и мер их профилактики;

- разработка на основе современных технологий искусственного интеллекта систем по оценке функционального состояния спортсменов и прогнозирование успешности их выступления на соревнованиях;

- создание условия для внедрения современных методических разработок по поддержанию и повышению функционального состояния спортсменов-пловцов;

- разработка и принятие соответствующих антидопинговых стратегий федерациями плавания субъектов Российской Федерации;

- разработка и проведения работы по реализации на 2025 – 2028 годы календарного плана по антидопинговому образованию для спортсменов и персонала всех уровней;

- использование инструментов дистанционного обучения;



- выработка совместно с федерациями плавания субъектов Российской Федерации эффективные методы профилактической работы, направленной на предотвращение использования спортсменами, учащимися спортивных школ по плаванию в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности субстанций и методов, включенных в «Запрещенный список WADA».

***Количество и план мероприятий по повышению квалификации тренеров, периодичность их проведения***

В олимпийском цикле 2025-2028 гг. Федерацией водных видов спорта России планируется работа по повышению профессиональной квалификации тренеров на основе расширения теоретических и методических знаний о подготовке пловцов высшей квалификации путем реализации плана мероприятий по повышению квалификации тренеров (табл. 42).

Таблица 42 – План мероприятий по повышению квалификации тренеров в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

Год	Месяцы года											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
2025	НМС		НМС		НМС		НМС		КПП	НПК	НМС	
2026	НМС		НМС		НМС		НМС		КПП	НПК	НМС	
2027	НМС		НМС		НМС		НМС		КПП	НПК	НМС	
2028	НМС		НМС		НМС		НМС		КПП	НПК	НМС	

Примечание: НПК - научно-практические конференции; КПП - курсы переподготовки и повышения квалификации; НМС - научно-методические семинары.

План предусматривает организацию и проведение ежегодных курсов повышения квалификации тренеров по плаванию в объёме 72 часа (совместно с ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры» согласно соглашению о сотрудничестве), проведение научно-методических семинаров во время тренировочных мероприятий и соревнований (например, во время соревнований «Веселый дельфин») и научно-практических конференций.

***Мероприятия по повышению квалификации спортивных судей различных квалификационных категорий, периодичность их проведения (количество в год)***

Показатели	Статистические данные	Изменение показателей по этапам реализации программы	
		2025-2026	2027-2028
Мероприятия по повышению квалификации спортивных судей различных квалификационных категорий, периодичность их проведения (количество в год)	2021-2024	2025-2026	2027-2028
	9	5	5

Повышение квалификации спортивных судей различных квалификационных категорий планируется осуществлять посредством проведения проведения курсов повышения квалификации (ежегодно) и проведение методических семинаров.

В течение следующих четырех лет ФВВСП планирует не снижать количество всероссийских семинаров судей и проводить их не менее 2-х за год. При необходимости будут проведены дополнительные семинары в том числе и для отдельных должностей судей (секретари, судьи на открытой воде, рефери). Для этого будут широко применяться и цифровые технологии.

#### ***Научно-методические разработки по виду спорта «плавание»***

В период с 2025 по 2028 гг. совместно с ФГБУ ФНЦ ВНИИФК в соответствии с соглашением о научно-методическом сотрудничестве планируется завершить разработку **«Методики дифференцированно-интегративной и оценки функциональной и специальной физической подготовленности пловцов на разных этапах многолетней подготовки»**, по завершению которой планируется внедрить компьютерную программу, позволяющую существенно расширить контингент наблюдаемых спортсменов и таким образом увеличить базу для подготовки спортивного резерва.

В период с 2025 по 2028 гг. совместно с ФГБОУ ВО «Костромской Государственный Университет» предполагается разработать **«Универсальную программно-аппаратную платформу для построения, контроля и анализа тренировок пловцов»**, которая обеспечит повышение качества подготовки спортсменов и оптимизацию работы тренеров за счет автоматизации ряда компонентов управления тренировкой.

#### **4.2. Сроки и этапы реализации программы**

1. Первый этап (2025-2026 годы).
2. Второй этап (2027-2028 годы).

### **4.3. Основные ожидаемые промежуточные (по этапам) и конечные результаты реализации программы**

Ожидаемые результаты реализации Программы заключатся в следующем:

- 1) существенное расширение и укрепление материально-технической базы и развитие инфраструктуры вида спорта «плавание».
  - создание спортивной инфраструктуры (в том числе реконструкция и строительство объектов спорта в регионах);
  - приобретение, разработка и внедрение современного оборудования и тренажеров, средств цифрового обеспечения тренировочного процесса, контроля и оценки динамики подготовленности спортсменов;
- 2) активизация деятельности региональных спортивных федераций плавания по развитию вида спорта «плавание»:
  - развитие массового спорта (школьный спорт, студенческий спорт);
  - развитие спорта высших достижений;
- 3) увеличение численности занимающихся плаванием;
- 4) расширение контингента ближнего и дальнего спортивного резерва сборной команды России по плаванию за счет совершенствования системы подготовки по программам Всероссийской федерации плавания «Я стану чемпионом» и «Переходный состав»;
  - 5) повышение уровня подготовленности спортсменов спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию к крупнейшим международным спортивным соревнованиям, в том числе к Олимпийским Играм:
    - укрепление позиций сборной команды России по плаванию на международной арене;
    - успешное выступление сборной команды России на крупнейших международных соревнованиях;
    - успешное выступление сборной команды России на Играх Олимпиады 2028 г. (4-5 место в общекомандном зачете);
  - 6) укрепление международных связей и расширение международного сотрудничества (в том числе со странами БРИКС);
  - 7) существенное снижение количества нарушений антидопинговых правил;
  - 8) расширение информационных каналов и площадок для пропаганды и популяризации вида спорта «плавание».
- 9) рост кадрового потенциала и повышение его квалификационного уровня.

### **5. КРИТЕРИИ ФОРМИРОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К УЧАСТИЮ И УЧАСТИЯ В МЕЖДУНАРОДНЫХ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ ПО ПЛАВАНИЮ, НЕ ВКЛЮЧЕННЫМ В ПРОГРАММУ**

## ИГР ОЛИМПИАДЫ

К спортивным дисциплинам, не включенным в программу Игр Олимпиады относятся дистанции 50 м на спине, 50 м баттерфляем, 50 м брассом, а также вся программа соревнований в бассейне 25 метров, применяются все принципы и критерии формирования спортивной сборной команды Российской Федерации, используемые при формировании сборной команды для подготовки к участию и участия в международных спортивных соревнованиях по плаванию в дисциплинах, включенных в программу Игр Олимпиады.

При формировании состава сборной команды России для участия в официальных международных соревнованиях 2025-2028 гг. будет применяться одноступенчатый отбор по наилучшему результату на Чемпионате России. Отбор в спортивную сборную команду для участия в чемпионатах мира по водным видам спорта проводятся на чемпионате России. В состав команды включаются спортсмены, занявшие на соревнованиях 1–2–е места при условии выполнения норматива, который соответствует 8 результату по предыдущему чемпионату мира. Отбор на чемпионат Европы по водным видам спорта также проводится на чемпионате России. В состав сборной команды включаются спортсмены, занявшие на соревнованиях с 1–2–е места в индивидуальных номерах программы, при условии выполнения норматива, который соответствует 8 результату по предыдущему чемпионату Европы.

В состав сборной команды России для участия в чемпионатах мира, Европы по плаванию по предложению Главного тренера может быть включено до 4-х спортсменов юниорского возраста, не выполнившие отборочный норматив, но показавшие высокие результаты среди спортсменов данной возрастной группы на соответствующей дистанции в текущем мировом рейтинге. Данный пункт реализуется только при условии наличия «вакантных» мест (менее двух «взрослых» спортсменов, выполнивших отборочный норматив) на соответствующей дистанции.

В состав эстафетного плавания 4x100м вольным стилем и 4x200м вольным стилем могут рассматриваться спортсмены, занявшие с первого по четвертое место в финальных заплывах соответствующих индивидуальных номеров программы.

Кроме того, предусматривается включение в списки кандидатов в спортивную сборную команду России по плаванию, кроме призеров первенства России среди юниоров, еще и по 4 лучших спортсменов младшего возраста, входящих в 16 сильнейших на каждой дистанции на основании итоговых протоколов первенства России по плаванию.

С целью повышения эффективности системы отбора при формировании списочного состава кандидатов в члены спортивной сборной команды России по плаванию дополнительно используются следующие рейтинговые критерии (табл. 43-46).

Таблица 43 – Рейтинговые критерии для формирования состава спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию

Группа пол, год рождения	Место в национальном рейтинге в индивидуальных номерах программы по итогам предыдущего сезона
Группа – 1 Мужчины – 1998 – 2002 Женщины – 2000 - 2004	4-8
Группа – 2 Мужчины – 2004-2006 Женщины – 2004-2008	7-12
Группа – 3 Юноши – 2007-2013 Девушки – 2008-2014	13-16

Таблица 44 - Рейтинговые критерии отбора кандидатов в юношескую сборную команду России по плаванию

Группа пол, год рождения	Место в национальном рейтинге в индивидуальных номерах программы по итогам предыдущего сезона в своей возрастной группе
Группа - 1 Юноши - 2007-2011 Девушки - 2008-2012	7-12
Группа - 2 Юноши - 2011-2013 Девушки - 2012-2014	20-25

Таблица 45 - Рейтинговые критерии формирования основного состава сборной команды России для централизованной подготовки

Группа пол, год рождения	Место в национальном рейтинге в индивидуальных номерах программы по итогам предыдущего сезона
Группа - 1 Мужчины – 1998 - 2002 Женщины - 2000-2004	1-3
Группа - 2 Мужчины - 2004-2006 Женщины - 2004-2008	1-6
Группа - 3 Юноши - 2007-2013 Девушки - 2008-2014	1-12

Таблица 46 - Рейтинговые критерии формирования юношеского состава сборной команды России для централизованной подготовки

Группа Пол, год рождения	Место в национальном рейтинге в своей возрастной группе по итогам предыдущего сезона	
	личный номер	эстафетное плавание
Группа - 1 Юноши - 2007-2011 Девушки - 2008-2012	1-6	1-10
Группа - 2 Юноши - 2011-2013 Девушки - 2012-2014	1-20	1-30

#### **6. ПЕРЕЧЕНЬ И ОПИСАНИЕ ОСНОВНЫХ ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ, СРОКИ ИХ ВЫПОЛНЕНИЯ ПО ЭТАПАМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ. ОБЪЕМЫ И ИСТОЧНИКИ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Перечень основных программных мероприятий по ключевым направлениям деятельности Федерации, направленных на достижение целевых показателей (индикаторов) представлен в таблице 47.

Таблица 47 - Перечень и описание основных программных мероприятий

Мероприятия	Источники финансирования	Объём финансирования <sup>2</sup> , млн.руб.	Исполнители, ответственные за реализацию мероприятия	Сроки реализации		Документ, в соответствии с которым реализуется мероприятие	Целевые показатели (индикаторы)
				2025-2026	2027-2028		
<b>Массовый спорт</b>							
Организация и проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий по виду спорта «плавание» среди детей, ветеранов в категории «Мастерс», любителей, содействие в проведении корпоративных соревнований по плаванию и плаванию на открытой воде; привлечение ветеранов плавания к проведению популяризаторских мероприятий в рамках физкультурных ме-	Внебюджетные источники финансирования, региональный бюджет	28,0	ФВВСП (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+		Устав, Программа развития вида спорта	Увеличение численности занимающихся видом спорта

<sup>2</sup> Расчёт произведен исходя из предполагаемого финансирования. В случае изменения объемов финансирования объем и перечень мероприятий может быть скорректирован

роприятий и спортивных мероприятий.						
Реализация межведомственной программы «Плавание для всех»	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	140,00	ФВВСП (Помощник президента по реализации программ развития вида спорта "плавание)," ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2024 г. № 263-р	Достижение субъектами РФ утвержденных показателей, по обучению детей плаванию как базовому жизнеобеспечивающему навыку, создание условий для занятий плаванием различных возрастных и социальных групп населения, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
<b>Детско-юношеский спорт</b>						
Организация и проведение детско-юношеских физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий по виду спорта «плавание»	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	100,0	ФВВСП (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий, ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта, Приказ Минспорта России № 1039 от 18 декабря 2023 г.	Наличие подготовленного резерва для спортивных сборных команд



<p>Организация и проведение программ «Переходный состав» и «Я стану чемпионом!»</p>	<p>Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования</p>	<p>312,0</p>	<p>ФВВСР (Отдел по работе со сборными командами), Учебно-тренировочный центр Всероссийской федерации плавания</p>	<p>+</p>	<p>Устав, Программа развития вида спорта</p>	<p>Подготовка спортивного резерва для спортивных сборных команд</p>
<p>Меры стимулирующего характера, в том числе формирование призового фонда для спортсменов, тренеров и специалистов</p>	<p>Федеральный бюджет, внебюджетные источники финансирования</p>	<p>16,0</p>	<p>ФВВСР, Отдел по организации и проведению спорт мероприятий</p>	<p>+</p>	<p>Устав, Программа развития вида спорта, Приказ Минспорта России 1039 от 18.12.23</p>	<p>Рост спортивной подготовленности резерва для спортивных сборных команд</p>
<p>Организация дополнительных общеразвивающих программ на ежегодной основе</p>	<p>Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования</p>	<p>4,0</p>	<p>ФВВСР (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»</p>	<p>+</p>	<p>Устав, Программа развития вида спорта</p>	<p>Подготовка спортивного резерва для спортивных сборных команд</p>

<b>Студенческий спорт</b>						
Привлечение студентов-пловцов, обучающихся в ВУЗах физкультурного профиля, к судейству соревнований по плаванию	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	0,2	ФВВСП (Всероссийская коллегия судей)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Расширение состава судейской бригады
Содействие студенческой лиге плавания в организации и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	0,5	ФВВСП (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий), Студенческая лига плавания	+	Устав Программа развития вида спорта	Развитие и популяризация студенческого спорта
<b>Спорт высших достижений</b>						
Организация и проведение межрегиональных, всероссийских и международных спортивных мероприятий и физкультурных мероприятий по виду спорта «плавание», в том числе за пределами Российской Федерации	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	70,0	ФВВСП (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 24.07.2024) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Устав, Программа развития вида спорта	Физическое воспитание и физическое развитие спортсменов, совершенствование их спортивного мастерства посредством систематического участия в спортивных мероприятиях, в том числе спортивных соревнованиях
Организация спор-	Федеральный, ре-	280,0	Минспорт	+	Федеральный	Физическое воспитание и

тивной подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации по виду спорта «плавание» для участия в международных спортивных соревнованиях	гиональный бюджет, внебюджетные источники финансирования		России, ФВВСР (Отдел по работе со сборными командами), ОГИВ в сфере ФКиС учреждения ФКиС		закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 24.07.2024) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Программа развития вида спорта	физическое развитие спортсменов, совершенствование их спортивного мастерства посредством систематического участия в спортивных мероприятиях, в том числе спортивных соревнованиях
Ведение национального рейтинга спортсменов-пловцов Российской Федерации	Внебюджетные источники финансирования	1,0	ФВВСР (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий)	+	Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 24.07.2024) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Программа развития вида спорта	Отражение спортивной подготовленности на данный период времени, мотивация к совершенствованию
Юридическое сопровождение, защита прав и интересов спортсменов спортивных сборных команд Российской Фе-	Внебюджетные источники финансирования	4,0	ФВВСР		Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 24.07.2024) "О физической	Реагирование на проблемы и оказание соответствующих услуг спортсменам

дерации по плаванию и по плаванию на открытой воде					культуре и спорте в Российской Федерации", Программа развития вида спорта	
Ежегодная корректировка нормативов, включенных в ЕВСК		0,0	ФВВСП (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС	+	Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 24.07.2024) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Программа развития вида спорта	Проведение корректировок при необходимости
Меры стимулирующего характера, в том числе формирование призового фонда для спортсменов, тренеров и специалистов сборных команд Российской Федерации	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	200,0	ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, ФВВСП, (Руководство федерации)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Рост спортивной подготовленности спортсменов, сборных команд субъектов РФ, стимулирование процесса формирования конкуренции и повышения конкурентоспособности спортсменов, тренеров, специалистов

Оказание социальной поддержки спортсменам, тренерам и иным специалистам	Внебюджетные источники финансирования	10,0	ФВВСП, (Руководство федерации)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Фактическая реализация мер социальной поддержки
<b>Профессиональный спорт</b>						
Организация и проведение профессиональных спортивных соревнований по виду спорта «плавание», в том числе меры стимулирующего характера, формирование призового фонда для спортсменов, тренеров и специалистов	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	360,0	ФВВСП, (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий)	+	Программа развития вида спорта, Приказ Минспорта России № 1039 от 18 декабря 2023 г.	Рост спортивной подготовленности спортсменов, стимулирование процесса формирования конкуренции и повышения конкурентоспособности спортсменов, тренеров, специалистов
<b>Повышение квалификации тренеров и других специалистов в области физической культуры и спорта</b>						
Совершенствование методической базы по виду спорта «плавание» для повышения эффективности многолетней системы спортивной подготовки	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	1,0	ФВВСП, (Тренировочный центр Всероссийской федерации плавания), учреждения ФКиС	+	Устав, Программа развития вида спорта	Рост спортивной подготовленности спортсменов
Организация и проведение мероприятий по повышению ква-	Федеральный, региональный бюджет, вне-	10,0	ФВВСП, (Тренировочный центр Всероссий-	+	Устав, Программа развития вида спор-	Ежегодное планирование мероприятий по повышению квалификации

лификации, в том числе семинаров, симпозиумов, конференций, лекций, выставок, консультаций и т.д. для спортсменов, спортивных судей, тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта	бюджетные источники финансирования		ской федерации плавания), учреждения ФКиС		та	специалистов спортивного плавания
Организация научно-методического обеспечения спортивных сборных команд Российской Федерации по плаванию и по плаванию на открытой воде, в том числе издание научно-методической литературы	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	2,5	ФВВСР, (Тренировочный центр Всероссийской федерации плавания), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС	+	Устав, Программа развития вида спорта	Проведение на регулярной основе семинаров, курсов повышения квалификации тренеров и специалистов, выпуск методической литературы
Введение единой системы тестирования оценки тренированности, оценки направленности тренировочной работы, динамики роста и развития спортивного мастерства; отслежи-	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	2,0	ФВВСР, Тренировочный центр Всероссийской федерации плавания	+	Устав, Программа развития вида спорта	Рост спортивной подготовленности спортсменов

вание талантливых спортсменов из регионов Российской Федерации						
<b>Развитие вида спорта «плавание» в субъектах Российской Федерации</b>						
Проведение общественного контроля учреждений и организаций, осуществляющих спортивную подготовку на основе Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «плавание»	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	0,5	ФВВСП (Отдел международных отношений и регионального развития), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта	Проведение ФВВСП общественного контроля на регулярной основе
Оказание содействия в получении государственных аккредитаций региональными спортивными федерациями по плаванию	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	0,2	ФВВСП (Отдел международных отношений и регионального развития), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта	Ведение реестра членов ФВВСП на регулярной основе, своевременное оформление документов для получения аккредитаций региональными федерациями

<p>Организация систематического взаимодействия с руководителями субъектов Российской Федерации, региональных спортивных федерация по плаванию</p>	<p>Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования</p>	<p>2,8</p>	<p>ФВВСП (Отдел международных отношений и регионального развития)</p>	<p>+</p>	<p>Устав, Программа развития вида спорта</p>	<p>Проведение совещаний с руководителями региональных федераций на регулярной основе</p>
<p>Реализация межведомственной программы «Плавание для всех» в субъектах Российской Федерации</p>	<p>Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования</p>	<p>0,0<sup>3</sup></p>	<p>ФВВСП (Отдел международных отношений и регионального развития), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»</p>	<p>+</p>	<p>Устав, Программа развития вида спорта</p>	<p>Достижение субъектами РФ утвержденных показателей, по обучению детей плаванию как базовому жизнеобеспечивающему навыку, создание условий для занятий плаванием различных возрастных и социальных групп населения, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья</p>

<sup>3</sup> Объем финансирования будет определен после утверждения региональных программ



Проведение мероприятий по развитию детско-юношеского, массового и профессионального спорта в субъектах РФ, включая финансирование организации и (или) проведение физкультурных мероприятий, спортивных мероприятий, подготовки тренеров и спортивных судей, строительства, осуществление ремонтных работ, содержания и развития материально-технической базы, включающей приобретение спортивной экипировки, спортивного оборудования и инвентаря	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	240,0	ФВВСП (Отдел международных отношений и регионального развития), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта, Приказ Минспорта России № 1039 от 18 декабря 2023 г.	Проведение мероприятий в соответствии с утвержденным планом ФВВСП
<b>Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним</b>						
Разработка и проведение совместно с РАА «РУСАДА» образовательных, информационных программ и семинаров по	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	0,1	ФВВСП (Отдел международных отношений и регионального развития, отдел реализации	+	Устав, Программа развития вида спорта	Проведение программ и семинаров на регулярной основе по согласованию с РАА «РУСАДА»

антидопинговой тематике, также программы подготовки специалистов, ответственных за антидопинговую программу в субъектах Российской Федерации			антидопинговой стратегии), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»			
Проведение антидопинговой пропаганды среди спортсменов, тренеров и специалистов	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	2,0	ФВВСП (Отдел реализации антидопинговой стратегии), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта	Проведенные мероприятия по антидопинговой пропаганды среди спортсменов, тренеров и специалистов
Проведение выборочного тестирования спортсменов-участников всероссийских соревнований по плаванию; обязательного тестирования спортсменов, установивших рекор-	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	4,0	ФВВСП (Отдел реализации антидопинговой стратегии)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Оказание содействия антидопинговым организациям в тестировании спортсменов

ды мира, Европы на всероссийских и международных соревнованиях по плаванию						
<b>Международное спортивное сотрудничество</b>						
Содействие развитию спортивных международных связей Российской Федерации по плаванию, укреплению связей со спортивными международными организациями по плаванию, представление российского плавания на международной арене, участие в международных спортивных мероприятиях и спортивных соревнованиях по плаванию	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	40,0	ФВВСП (Отдел международных отношений и регионального развития), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта	Участие в международном сотрудничестве, организация международных соревнований на территории России
Участие представителей российских специалистов в заседаниях руководящих органах и комиссиях WA и LEN	Внебюджетные источники финансирования	4,0	ФВВСП (Отдел международных отношений и регионального развития)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Участие в мероприятиях по приглашениям WA и LEN
Участие представи-	Внебюджетные	1,0	ФВВСП (Отдел	+	Устав, Про-	Участие в мероприятиях

телей Всероссийской федерации плавания в образовательных программах и иных мероприятиях WA и LEN	источники финансирования		международных отношений и регионального развития)		грамма развития вида спорта	по приглашениям WA и LEN
Организация и проведение международных соревнований по виду спорта «плавание» на территории Российской Федерации	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	70,0	ФВВСП (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта	Проведение международных соревнований на территории России по отдельным планам
Обеспечение технической экипировкой членов спортивных сборных команд по плаванию Российской Федерации по плаванию и по плаванию на открытой воде для участия в международных спортивных соревнованиях	Внебюджетные источники финансирования	8,0	ФВВСП (Отдел по работе со сборными командами)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Рост спортивной подготовленности спортсменов

Содействие в участии ветеранов, любителей плавания в международных соревнованиях по плаванию	Региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	0,2	ФВВСП (Отдел по организации и проведению спорт мероприятий), региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта	Оказание информационной поддержки и содействия в участии ветеранов, любителей плавания в международных соревнованиях по плаванию
<b>Пропаганда и популяризация вида спорта «плавание»</b>						
Выпуск официальных изданий ФВВСП - газета «Плавание для всех», журнал «Плавание»	Внебюджетные источники финансирования	60,0	ФВВСП (Отдел популяризации и информационного обеспечения)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Выпуск изданий ФВВСП на регулярной основе
Освещение физкультурных мероприятий, спортивных мероприятий и иных мероприятий, программ ФВВСП в СМИ, на радио, телевидении и в сети Интернет	Внебюджетные источники финансирования	68,0	ФВВСП (Отдел популяризации и информационного обеспечения)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Фактическое освещение мероприятий в СМИ, на радио, телевидении и в сети Интернет
Развитие, поддержка информационных ресурсов (сайт ФВВСП - <i>russwimming.ru</i> ; социальные сети «ВКонтакте», «Одноклассники», Теле-	Внебюджетные источники финансирования	8,0	ФВВСП (Отдел популяризации и информационного обеспечения)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Бесперебойная работа информационных ресурсов (сайт ФВВСП - <i>russwimming.ru</i> ; социальные сети «ВКонтакте», «Одноклассники», Телеграмм-канал и т.п.

грамм-канал и т.п.)						
Совершенствование программы «Зритель» для привлечения болельщиков, в том числе проведение мастер-классов, автограф-сессий и т.д.	Внебюджетные источники финансирования	4,5	ФВВСП (Отдел популяризации и информационного обеспечения). Региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта	Организация программы «Зритель» на соревнованиях по плаванию
Осуществление рекламной деятельности, в том числе изготовление, выпуск и распространение сувенирной и полиграфической продукции	Внебюджетные источники финансирования	4,0	ФВВСП (Отдел популяризации и информационного обеспечения)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Выпуск продукции на регулярной основе в соответствии с утвержденным планом
Разработка проектов для популяризации вида спорта, в том числе путем создания видеороликов, фильмов	Внебюджетные источники финансирования	4,0	ФВВСП (Отдел популяризации и информационного обеспечения)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Выпуск продукции на регулярной основе в соответствии с утвержденным планом
Участие в выставках, форумах	Внебюджетные источники финансирования	8,0	ФВВСП (Отдел популяризации и информационного обеспечения)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Фактическое участие в проводимых выставках, форумах

Участие ветеранов спорта в целях воспитания, укрепления патриотизма и поднятия спортивного духа во время встреч со спортсменами в мероприятиях Всероссийской федерации плавания	Внебюджетные источники финансирования	2,0	ФВВСП (Отдел популяризации и информационного обеспечения)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Фактическое участие в запланированных мероприятиях
<b>Материально-техническое оснащение</b>						
Приобретение инвентаря, оборудования, программного обеспечения, внедрение цифровых технологий для организации и проведения соревнований, а также в целях подготовки и обеспечения спортсменов спортивных сборных команд Российской Федерации по плаванию	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	20,0	ФВВСП (Отдел по работе со сборными командами), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС, региональные спортивные федерации по виду спорта «плавание»	+	Устав, Программа развития вида спорта	Заключение контрактов на поставку необходимого оборудования для нужд сборной команды по плаванию Российской Федерации
Проектирование, проектно-изыскательские работы, строительство, реконструкция, капитальный и текущий	Региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	200,0	ФВВСП, (Руководство федерации)		Устав, Программа развития вида спорта	Решение Президиума ФВВСП по данному вопросу

ремонт объектов спорта						
Содержание и развитие материально-технической базы, в том числе для тренировочных центров, баз, отделений Федераций, необходимой для развития вида спорта, включающей приобретение спортивной экипировки, спортивного оборудования и инвентаря	Федеральный, региональный бюджет, внебюджетные источники финансирования	20,0	ФВВСП (Отдел по работе со сборными командами), ОГИВ в сфере ФКиС, учреждения ФКиС	+	Устав, Программа развития вида спорта	Фактическое выполнение запланированных мероприятий
<b>Уставная деятельность ФВВСП</b>						
Административные расходы	Внебюджетные источники финансирования	400,0	ФВВСП, (Руководство федерации)	+	Устав, Программа развития вида спорта	Выполнение программных мероприятий по ключевым направлениям деятельности ФВВСП

\*Расчёт произведен исходя из предполагаемого финансирования. В случае изменения объемов финансирования объем и перечень мероприятий может быть скорректирован



## **7. ЦЕЛЕВАЯ КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ К ИГРАМ ОЛИМПИАДЫ**

### **7.1. Цели и задачи целевой комплексной программы, целевые показатели деятельности Федерации по подготовке к участию олимпийской команды России по плаванию на предстоящих Играх Олимпиады**

#### ***Цель целевой комплексной программы:***

Выполнение плана-задания по завоеванию медалей на Играх Олимпиады 2028 года спортсменами сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде.

#### ***Задачи целевой комплексной программы:***

1. Выявление путей совершенствования системы подготовки спортсменов сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

2. Разработка современной технологии подготовки спортсменов спортивной сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде на основе передовых научных и научно-методических достижений.

3. Разработка критериев отбора для формирования спортивной сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде на основе принципов целевой направленности, объективности и гласности.

4. Повышение эффективности взаимодействия и уровня ответственности за результаты совместной работы руководителей, тренеров, специалистов и служб, обеспечивающих подготовку и выступление в соревнованиях спортсменов сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде.

5. Создание условий для эффективного научно-методического, медицинского и медико-биологического обеспечения спортсменов спортивной сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде.

6. Удовлетворение потребностей спортивной сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде в качественной подготовке на современных спортивных базах.

7. Создание условий для сохранения и привлечения в спортивную сборную команду России по плаванию и плаванию на открытой воде высококвалифицированных кадров - тренеров и других специалистов.

8. Создание условий для непрерывного повышения квалификации тренеров сборной команды, личных тренеров, специалистов комплексной научной группы, врачей, массажистов, биохимиков.

9. Обеспечение спортсменов спортивной сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде высококачественным инвентарем, оборудованием и экипировкой.

### *Обоснование сроков достижения целей и решения задач*

Достижение поставленных целей и задач в обозначенные сроки обеспечивается целым рядом ключевых принципов и факторов, положенных в основу подготовки спортсменов основного состава сборной команды Российской Федерации, его ближнего и дальнего резерва, которые прошли апробацию и показали свою эффективность в два предыдущих олимпийских цикла.

В основу подготовки сборных команд положен принцип создания конкуренции среди спортсменов за места в составе сборных команд страны всех возрастных групп, и особенно в главной сборной России.

Сбалансированная сборная команда предусматривает наличие в своем составе пловцов трех возрастных групп:

- первая возрастная группа: спортсмены и спортсменки 26 лет и старше, занимающие в мировом рейтинге 1-5 места. Благодаря опыту и стабильности от этих спортсменов можно ожидать высокого результата;

- вторая возрастная группа: спортсмены 23-25 лет и спортсменки 20-25 лет, входящие в десятку мирового рейтинга, имеющие стабильный результат и при минимальном прогрессе способные бороться за медали в личных номерах программы;

- третья возрастная группа: спортсмены в возрасте 17-22 года и спортсменки 15-19 лет, способные добиться значительного прогресса в Олимпийский год, и в силу возрастных особенностей при надлежащей дисциплине способны прогрессировать наиболее динамично.

В настоящее время обеспечивается необходимая ротация состава сборной в пределах 25-30% за счет обеспечения прогресса спортсменов третьей группы, естественного в период активного биологического созревания и сопутствующего ему роста физических и функциональных кондиций, а также за счет более качественного отбора пловцов, основанного на методике мониторинга динамики результативности спортсменов в соответствии с нормативной траекторией достижения рекордных результатов и сохранение притока перспективных пловцов в основную команду страны за счет эффективного функционирования «вертикали» подготовки молодежи и выхода их на более высокий, мировой уровень, и как следствие обеспечение конкуренции во всех составах сборной команды Российской Федерации;

Апробированы и активно используется ряд современных педагогических технологий и тренировочных методик, многие из которых разработаны сотрудниками комплексной научной группы сборной команды по плаванию Российской Федерации. При подготовке пловцов высокой квалификации используются: методика специальной подготовки пловцов в различных зонах энергетического обеспечения на основании индивидуальных энергетических и биомеханических критериев, методика расчета скоростей проплывания тренировочных серий в зависимости от скоростных возможностей пловца и запланированного результата на основной дистанции, методика снижения активного гидродинамического сопротивления спортсменов высшей квалификации на максимальной скорости плавания, методика индивидуализации

подготовки пловцов высокого класса в условиях среднегорья, методика подготовки пловцов высшей квалификации на основании анализа динамики функциональной зависимости между мощностью активного метаболизма и скоростью плавания.

При подготовке пловцов ближнего и дальнего резерва сборной команды используются: методика определения темпов физического развития юных пловцов на основе мониторинга гормонального статуса организма, методика определения перспективности пловцов на основе сопоставления демонстрируемой спортивной результативности с «нормативной траекторией» достижения рекордных результатов, методика постоянного мониторинга комплексной подготовленности пловцов дальнего и ближнего резерва сборных команд России.

Обеспечивается бесперебойная подготовка пловцов всех сборных команд страны на базе Министерства спорта Российской Федерации «Озеро Круглое» в Подмосковье и на учебно-тренировочной базе ФВВСР в Волгограде. Данные тренировочные центры имеют современную инфраструктуру и оборудованы современными средствами обеспечения тренировочного процесса (тренажеры, вспомогательные тренировочные средства, оборудование для контроля тренировочного процесса и т.п.) и для научно-методического обеспечения подготовки спортсменов.

Кроме того, активно используются тренировочная база Цахкадзор (Армения) для подготовки спортсменов в среднегорье и тренировочная база в г. Кабардинка, Краснодарского края, для проведения тренировочных сборов в условиях морского климата (с мая по октябрь).

Созданы необходимые условия для эффективного научно-методического, медицинского и медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов спортивной сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде. Научно-методическое обеспечение подготовки пловцов осуществляется комплексной научной группой (КНГ), в составе которой специалисты Центра подготовки сборных команд России и Федерального медико-биологического агентства, в том числе два доктора наук и два кандидата наук.

В распоряжении специалистов КНГ самое современное оборудование, которое постоянно обновляется. Полным комплектом оборудования обеспечены базы «Озеро Круглое» и УТЦ ФВВСР в Волгограде.

Отработана и активно применяется схема функционирования регулярных мероприятий повышения квалификации тренеров сборной команды, личных тренеров, специалистов комплексной научной группы, врачей, массажистов, биохимиков. В соответствии с соглашением о научно-методическом сотрудничестве между ФВВСР, ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры» и ФГБУ «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК) от 31 января 2022 года курсов повышения квалификации для тренеров по плаванию проводятся на учебно-тренировочной базе «Волга» в Волгограде. Совместно с Волгоградской государственной академией физической культу-

ры разработана дополнительная профессиональная программа – программа повышения квалификации тренеров по плаванию «Управление тренировкой высококвалифицированных пловцов в олимпийском цикле» (72 часа).

Все выше изложенное позволяет в течение 4-х летнего цикла подготовить абсолютно боеспособную сборную команду России для вхождения в тройку-четверку лучших плавательных сборных Олимпийских игр.

***Целевые показатели деятельности Федерации по подготовке и выступлению спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию на Играх:***

1. Результат выступления спортсменов сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде на Играх Олимпиады 2028 г. (выполнение плана-задания);

2. Результат выступления спортсменов спортивной сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде на чемпионатах мира и Европы 2026 года (выполнение плана-задания);

3. Результат выступления спортсменов спортивной сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде на чемпионатах мира и Европы 2027 года (выполнение плана-задания);

4. Результат выступления спортсменов сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде на Играх Олимпиады 2028 г. (выполнение плана-задания);

5. Количество потенциальных медалистов из числа спортсменов, дважды в течение года завоевавших с 1 по 5 места на чемпионатах мира, этапах кубка мира и иных международных спортивных соревнованиях или занимающих с 1 по 5 место в рейтинге международной спортивной федерации, и долю российских спортсменов в общем количестве спортсменов, завоевавших медали (таблица 48).

Таблица 48 – Потенциальные медалисты из числа спортсменов, занимающих с 1 по 5 место в рейтинге международной федерации водных видов спорта

Место в рейтинге	Фамилия, Имя	Год рождения	Дистанция	Результат
Женщины				
1	Чикунова Е.	2004	200 брасс	2:18,98
3	Чикунова Е.	2004	100 брасс	1:05,11
5	Суркова А.	1998	50 баттерфляй	25,39
Мужчины				
1	Колесников К.	2000	50 спина	23,90
3	Лифинцев М.	2006	100 спина	52,08
3	Самусенко П.	2001	50 спина	24,29
4	Шевляков Р.	1998	50 баттерфляй	22,92
5	Рылов Е.	1998	200 спина	1:54,63

Доля российских спортсменов в общем количестве медалистов Олимпиады 2024 составила бы более 8%.

При этом мы не учитываем 7 комплектов наград, разыгрываемых на Олимпиаде в эстафетах, где у российских спортсменов просматривались медальные перспективы в четырех из них.

В мировом рейтинге результатов на индивидуальных дистанциях в 50 метровом бассейне по итогам 2023 года в первой пятёрке результатов должны были оказаться 8 российских пловцов с 10-ю результатами на отдельных дистанциях, а по итогам 2024 года 8 спортсменов с 9-ю результатами на отдельных дистанциях.

## 7.2. Целевые показатели выступления спортивной сборной команды Российской Федерации на предстоящих Играх Олимпиады

Целевые показатели результатов выступления спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию на Играх Олимпиады, чемпионатах мира и Европы, юношеских Олимпийских игр представлены в таблицах 49 - 55.

Таблица 49 - Прогноз спортивных достижений спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию на Играх Олимпиады 2028 года

Вид программы	Предполагаемое количество занятых мест		
	1 место	2 место	3 место
Мужчины	2	2	2
Женщины	1	1	1
Итого:	3	3	3

Таблица 50 - План-задание по завоеванию медалей спортсменами сборной команды Российской Федерации по плаванию на Играх Олимпиады 2028 года

Количество медалей			
Золото	Серебро	Бронза	Всего медалей
3	3	3	9

Таблица 51 - Прогноз спортивных достижений спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию на чемпионатах мира

Вид программы	Предполагаемое количество занятых мест		
	1 место	2 место	3 место
Мужчины	4	3	3
Женщины	2	1	1
Итого:	6	4	4

Таблица 52 - Прогноз спортивных достижений спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию на чемпионатах Европы

Вид программы	Предполагаемое количество занятых мест		
	1 место	2 место	3 место
Мужчины	6	3	3
Женщины	3	2	2
Итого:	9	5	5

Таблица 53 - Прогноз спортивных достижений спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию на Юношеских Олимпийских играх

Вид программы	Предполагаемое количество занятых мест		
	1 место	2 место	3 место
Мужчины	6	4	3
Женщины	6	4	3
Итого:	12	8	6

Таблица 54 - Прогноз спортивных достижений спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию на юношеских чемпионатах мира

Вид программы	Предполагаемое количество занятых мест		
	1 место	2 место	3 место
Мужчины	5	4	3
Женщины	3	2	2
Итого:	8	6	5

Таблица 55 - Прогноз спортивных достижений спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию на юношеских чемпионатах Европы

Вид программы	Предполагаемое количество занятых мест		
	1 место	2 место	3 место
Мужчины	6	4	4
Женщины	6	4	4
Итого:	12	8	8

Все целевые показатели ФВВСП по подготовке и выступлению спортивной сборной команды России по плаванию к ОИ, представленные в данном разделе, являются реально достижимыми, т.к. команда обладает необходимым потенциалом (спортсмены, ряд тренеров и специалистов, технология подготовки).

### **7.3. Основы подготовки российских спортсменов к предстоящим Играм Олимпиады**

#### **7.3.1. Использование передовых методик спортивной подготовки кандидатов в спортивные сборные команды Российской Федерации**

В сборной команде эффективно используются следующие современные методики подготовки элитных пловцов:

- технология и методика снижения активного гидродинамического сопротивления спортсменов высшей квалификации на максимальной скорости плавания;
- методика индивидуализации подготовки пловцов высокого класса в условиях среднегорья;
- технология контроля и методика подготовки пловцов высшей квалификации на основании анализа динамики функциональной зависимости между мощностью активного метаболизма и скоростью плавания;
- методика специальной подготовки пловцов высшей квалификации в различных зонах энергетического обеспечения на основании индивидуальных энергетических и биомеханических критериев (модельных характеристик);
- методика расчета скоростей проплывания тренировочных серий в зависимости от скоростных возможностей пловца и запланированного результата на основной дистанции;
- методика определения темпов физического развития юных пловцов на основе мониторинга гормонального статуса организма;
- методика определения перспективности пловцов на основе сопоставления демонстрируемой спортивной результативности с «нормативной траекторией» достижения рекордных результатов;
- методика мониторинга подготовленности пловцов дальнего и ближнего резерва сборных команд России;
- методика комплексного тестирования специальной физической и функциональной подготовленности пловцов при плавательных нагрузках в разных зонах энергообеспечения мышечной работы;
- методика оценки гидродинамического статуса пловцов на основе определения коэффициента соотношения активного гидродинамического сопротивления и тотальной внешней механической мощности при плавании;
- методика оценки соревновательной деятельности «Swimparser», позволяющая использовать видео, загруженные с любого носителя.

Все указанные выше методики разработаны отечественными специалистами, в том числе сотрудниками ФВВСП.

Кроме того, при финансовой поддержке ФВВСП, разработана и успешно эксплуатируется информационная система «*SwimDoc*», что позволяет тренерам разрабатывать индивидуальные тренировочные программы с учетом преобладающего типа метаболизма и количественных характеристик техники

плавания. Такой подход позволяет врачам команды индивидуально адаптировать стандартную программу ФМБА к особенностям каждого спортсмена с учетом интегральных и крайне необходимых показателей (не только медицинских, но биохимических, гематологических, биомеханических, гидродинамических характеристик, а также показателей выполненной тренировочной нагрузки).

### **7.3.2. Модельные характеристики соревновательной деятельности сильнейших спортсменов по плаванию**

Технология определения модельных характеристик соревновательной деятельности хорошо отработана и выполняется по стандартной программе в большинстве ведущих национальных команд. Данная программа предполагает экспериментальное определение следующих индивидуальных показателей на нестационарных и стационарных отрезках соревновательной дистанции.

На нестационарных отрезках дистанции определяются показатели эффективности выполнения старта (время от начала стартового сигнала до момента достижения спортсменом 15-метровой отметки бассейна, размерность - секунды) и поворота (скорость преодоления 20 метрового отрезка дистанции, который включает плавание от 45-метровой отметки дистанции до поворота, сам поворот и плавание после поворота до 15-метровой отметки дистанции, размерность – м/с).

На стационарных отрезках дистанции определяется ключевой показатель эффективности – скорость плавания на отрезке между 15-метровой и 45-метровой отметкой дистанции. На данном отрезке дистанции также определяются основные кинематические характеристики эффективности техники плавания – темп плавательных движений (размерность - цикл/мин) и длина плавательного цикла (размерность – метры).

В таблицах 56 и 57 представлены все, перечисленные выше, модельные характеристики для пловцов женского и мужского пола для всех дистанций Олимпийской программы. Данные модельные характеристики получены сотрудниками КНГ спортивной сборной команды России по плаванию на основании экспериментального анализа соревновательной деятельности победителей Олимпийских игр и чемпионатов мира. Методика использования данных характеристик, для индивидуального планирования показателей соревновательной деятельности членов сборной команды России, подробно описана в следующем разделе Программы.

В таблице 58 представлен план-прогноз количества спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию с индивидуальными характеристиками соревновательной деятельности, которые должны соответствовать или превышать модельные характеристики элитных пловцов по годичным циклам подготовки в олимпийском цикле 2025 - 2028 гг.



Таблица 56 - Модельные характеристики соревновательной деятельности элитных пловцов (женщины) на олимпийских дистанциях

Способ плавания	Дистанция	Старт 15м (с)	Средняя дистанционная скорость (м/с)	Средняя скорость прохождения поворотов (м/с)	Среднее значение темпа плавательных движений (цикл/мин)	Среднее значение длины плавательного цикла (м)	Результат
<b>кроль</b>	50 м	5,74	1,93	-	58	1,98	23.84
	100 м	5,86	1,81	1,94	50	2,00	52.06
	200 м	6,62	1,68	1,83	43	2,23	1:53.61
	400 м	6,65	1,64	1,74	43	2,10	3:56.46
	800 м	7,12	1,62	1,69	42	2,18	8:04.79
<b>кроль на спине</b>	100 м	6,76	1,60	1,81	48	2.00	58.26
	200 м	7,65	1,55	1,66	43	2,15	2:04.06
<b>баттерфляй</b>	100 м	6,58	1,72	1,79	55	1,88	55.48
	200 м	6,20	1,50	1,70	53	1,75	2:04.85
<b>брасс</b>	100 м	7,36	1,45	1,56	57	1,52	1:04.93
	200 м	8,16	1,39	1,45	45	1,82	2:19.59
<b>комплексное плавание</b>	200 м		1,54	1,60	46	1,91	2:06.12
<i>баттерфляй</i>		6,64	1,63	1,66	55	1,80	27.30
<i>кроль на спине</i>			1,49	1,52	40	2,00	31.64
<i>брасс</i>			1,35	1,62	40	1.90	36.70
<i>кроль</i>			1,69	-	50	1,96	30.48
<b>комплексное плавание</b>	400 м		1,48	1,58	43	2,03	4:26.36
<i>баттерфляй</i>		6,86	1,54	1,62	50	1,84	1:00.91
<i>кроль на спине</i>			1,45	1,58	38	2,20	1:07.48
<i>брасс</i>			1,30	1,42	37	2,10	1:16.11
<i>кроль</i>			1,65	1,70	48	2	1:01.86

Таблица 57 - Модельные характеристики соревновательной деятельности элитных пловцов (мужчины) на олимпийских дистанциях

Способ плавания	Дистанция	Старт 15м (с)	Средняя дистанционная скорость (м/с)	Средняя скорость прохождения поворотов (м/с)	Среднее значение темпа плавательных движений (цикл/мин)	Среднее значение длины плавательного цикла (м)	Результат
<b>кроль</b>	50 м	5,18	2,18	-	65	2,00	21.19
	100 м	5,50	2,00	2,18	53	2,20	47.04
	200 м	5,92	1,85	2,01	43	2,4	1:43.14
	400 м	6,41	1,76	1,86	36	2,74	3:40.14
	1500 м	6,50	1,65	1,81	33	3,06	14:34.04
<b>кроль на спине</b>	100 м	6,20	1,80	2,10	48	2,22	51.85
	200 м	6,50	1,63	1,90	41	2,26	1:53.17
<b>баттерфляй</b>	100 м	6,28	1,91	1,98	53	2,00	50.39
	200 м	6,60	1,72	1,78	46	2,00	1:52.91
<b>брасс</b>	100 м	6,08	1,63	1,77	54	1,77	57.13
	200 м	6,20	1,48	1,64	39	2,10	2:07.17
<b>комплексное плавание</b>	200 м		1,69	1,75	42	2,41	1:54.27
<i>баттерфляй</i>		5,92	1,86	1,88	47	2,40	24.63
<i>кроль на спине</i>			1,70	1,62	42	2,43	28.63
<i>брасс</i>			1,45	1,75	38	2,30	33.33
<i>кроль</i>			1,77	-	42	2,52	27.68
<b>комплексное плавание</b>	400 м		1,58	1,67	41	2,33	4:05.18
<i>баттерфляй</i>		6,05	1,71	1,83	45	2,16	55.02
<i>кроль на спине</i>			1,54	1,75	45	2,4	1:01.84
<i>брасс</i>			1,4	1,54	37	2,3	1:09.67
<i>роль</i>			1,68	1,7	38	2,45	58.65

Таблица 58 - План-прогноз количества спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию с индивидуальными характеристиками соревновательной деятельности, которые должны соответствовать или превышать модельные характеристики элитных пловцов в олимпийском цикле 2025 - 2028 гг.

Количество спортсменов сборной команды Российской Федерации			
2025 год	2026 год	2027 год	2028 год
9-11 спортсменов	12-14 спортсменов	15-17 спортсменов	18-20 спортсменов

### 7.3.3. Этапные модельные характеристики специальной физической подготовленности сильнейших спортсменов по плаванию

*Методика разработки индивидуальных модельных характеристик специальной подготовленности пловца для основной соревновательной дистанции на ОИ или главных соревнованиях годичного цикла*

Спортивный результат на указанных соревнованиях планируется в виде времени проплывания основной соревновательной дистанции ( $t_{plan}$ , мин:сек), с учетом реальных результатов спортсмена, показанных в основных соревнованиях предыдущего большого тренировочного цикла. В этом процессе обязательно принимают участие следующие лица: спортсмен, личный тренер спортсмена, главный тренер и руководитель КНГ сборной команды. На основании планируемого спортивного результата с учетом экспериментальных данных оценки соревновательной деятельности на отборочных соревнованиях, которая включает эффективность выполнения нестационарных участков дистанции (старта и поворотов) и стационарных отрезков дистанции (средняя скорость плавания), планируется ключевая модельная характеристика – средняя скорость плавания на основной дистанции ( $v_{0\ plan}$ , м/с). Далее, также на основании экспериментальных данных оценки соревновательной деятельности, планируются оптимальные значения: длина цикла ( $l_{(c.)}$ , м) и темпа плавательных движений ( $T_{(c.)}$ , цикл/мин).

Основной задачей такого планирования является оптимальная сбалансированность индивидуальных энергетических и биомеханических критериев специальной подготовленности пловца, которая, как хорошо известно, и приводит к достижению запланированного спортивного результата.

Все запланированные индивидуальные количественные модельные характеристики специальной подготовленности пловца согласуются с личным тренером спортсмена (в некоторых случаях с самим спортсменом).

**Методика оценки эффективности индивидуальных тренировочных программ на различных этапах подготовки на основании модельных характеристик специальной подготовленности пловца для основной соревновательной дистанции на ОИ или главных соревнованиях годичного цикла**

Для анализа эффективности индивидуальной тренировочной программы на различных этапах подготовки в плане достижения оптимального уровня функциональной подготовленности используются модельные характеристики значения метаболической мощности  $P_{ai}$  для элитных спортсменов в зоне максимального анаэробного метаболизма. Кроме того, сотрудники КНГ при такой оценке используют дополнительную информацию об оптимальных парциальных вкладах энергетических систем (в зависимости от преобладающего индивидуального типа энергообеспечения пловца) в суммарный энергетический метаболизм при работе около предельной механической мощности различной продолжительности. Мощность максимального анаэробного метаболизма зависит от массы тела человека, поэтому для анализа используются ее удельные значения (размерность Вт/кг).

В таблице 59 представлены модельные характеристики функциональной подготовленности спортсменов сборной команды в годичном цикле подготовки, на основании которых проводится конкретная оценка эффективности использования индивидуальной тренировочной программы относительно основной соревновательной дистанции, и разрабатываются индивидуальные методические рекомендации по ее коррекции. Данные модельные характеристики получены сотрудниками КНГ сборной команды России по плаванию на основании экспериментального анализа результатов тестирования элитных российских и зарубежных спортсменов.

Таблица 59 - Модельные характеристики функциональной подготовленности спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в годичном цикле тренировки

Вид программы	Показатели	Модельные характеристики функциональной подготовленности	
		Подготовительный этап	Соревновательный этап
<i>Женщины</i>			
Дистанции 50 и 100 метров	$P_{ai}$ {Вт/кг}	28.00-30.00	31.00-32.50
Дистанция 200 метров	$P_{ai}$ {Вт/кг}	19.00-21.00	22.00-23.50
Дистанции 400 и 800 метров	$P_{ai}$ {Вт/кг}	15.00-19.00	18.00-21.00
<i>Мужчины</i>			

Дистанции 50 и 100 метров	$P_{ai}$ {Вт/кг}	32.00-34.00	35.00-36.50
Дистанция 200 метров	$P_{ai}$ {Вт/кг}	23.00-25.00	26.00-27.50
Дистанции 400 и 1500 метров	$P_{ai}$ {Вт/кг}	18.00-22.00	21.00-25.00

Для анализа эффективности индивидуальной тренировочной программы на различных этапах подготовки в плане достижения оптимального индивидуального уровня специальной силовой и технической подготовленности используются модельные характеристики значений  $e_g$  и  $e_p$  для элитных спортсменов в различных зонах энергетического обеспечения, которые представлены в таблицах 60 - 62. Данные модельные характеристики также получены сотрудниками КНГ сборной команды России по плаванию на основании экспериментального анализа результатов тестирования элитных российских и зарубежных спортсменов.

Таблица 60 - Средние значения показателей специальной силовой ( $e_g$ ) и технической ( $e_p$ ) подготовленности элитных пловцов в различных зонах энергетического обеспечения испытуемых женского и мужского пола ( $P$  - уровень значимости различий)

Зона энергетического обеспечения		Женщины	$P$	Мужчины
ПАНО	$e_g$	0.0604±0.0018	<0.001	0.0721±0.0019
	$e_p$	0.647±0.009		0.670±0.010
выше МПК	$e_g$	0.0592±0.0022	<0.001	0.0705±0.0029
	$e_p$	0.656±0.008		0.675±0.009
между ПАНО и МПК	$e_g$	0.0659±0.0015	<0.001	0.0792±0.0026
	$e_p$	0.704±0.009		0.721±0.012

Таблица 61 - Модельные характеристики специальной силовой подготовленности ( $e_g$ ) спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в годичном цикле тренировки

Вид программы	Показатели	Модельные характеристики специальной силовой подготовленности	
		Подготовительный этап	Соревновательный этап
<i>Женщины</i>			
Дистанции 50, 100 и 200 метров	$e_g$	0.055-0.058	0.059-0.062

Дистанции 400 и 800 метров	$e_g$	0.062-0.065	0.066-0.069
<i>Мужчины</i>			
Дистанции 50, 100 и 200 метров	$e_g$	0.066-0.069	0.070-0.073
Дистанции 400 и 1500 метров	$e_g$	0.075-0.077	0.079-0.082

Таблица 62 - Модельные характеристики специальной технической подготовленности ( $e_p$ ) спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в годичном цикле тренировки

Вид программы	Показатели	Модельные характеристики специальной технической подготовленности	
		Подготовительный этап	Соревновательный этап
<i>Женщины</i>			
Дистанции 50, 100 и 200 метров	$e_p$	0.60-0.64	0.65-0.72
Дистанции 400 и 800 метров	$e_p$	0.62-0.66	0.67-0.75
<i>Мужчины</i>			
Дистанции 50, 100 и 200 метров	$e_p$	0.60-0.64	0.65-0.72
Дистанции 400 и 1500 метров	$e_p$	0.62-0.66	0.67-0.75

Кроме того, в сборной команде уже используется и планируется применять в предстоящий олимпийский цикл методика оценки гидродинамического статуса пловцов.

Объектом пристального внимания являются, прежде всего, два показателя -  $P_{to}$  (тотальная внешняя механическая мощность) и  $Fr(ad)$  (активное гидродинамическое сопротивление) и разработанный нами коэффициент соотношения сопротивление-мощность (КСМ), который рассматривается как показатель оптимальности соотношения уровня мощности движителей пловца и гидродинамического сопротивления при плавании.

В качестве ориентиров при оценке результатов определения гидродинамического статуса следует использовать средние величины этих показателей (табл. 63 и 64).

Таблица 63 - Модельные значения показателей гидродинамики у пловцов мужчин, специализирующихся в различных способах плавания ( $X \pm m$ )

Показатель	Способ плавания и дистанционная специализация				
	брасс	баттерфляй	на спине	кроль на груди –спринтер	кроль на груди –

					средневик и стайер
Fr(ad), Н	89,5±8,2	107,9±10,1	123,3±17,6	103,4±16,9	92,2±7,2
Pto, Вт	132,4±11,5	187,4±17,5	209,4±29,9	196,8±32,3	165,8±13,1
KCM, y.e.	1,448±0,038	1,739±0,073	1,811±0,116	1,831±0,138	1,672±0,054

Таблица 64 - Модельные значения показателей гидродинамики у пловцов женщин, специализирующихся в различных способах плавания ( $X \pm m$ )

Показатель	Способ плавания и дистанционная специализация				
	брасс	баттерфляй	на спине	кроль на груди – спринтер	кроль на груди – средневик и стайер
Fr(ad), Н	72,0±4,5	60,8±7,5	67,6±8,5	61,8±3,6	54,6±3,2
Pto, Вт	98,1±6,8	94,5±11,9	98,3±11,9	104,5±6,5	87,5±4,9
KCM, y.e.	1,301±0,025	1,338±0,044	1,327±0,038	1,403±0,027	1,322±0,018

Таким образом, для комплексной оценки высококвалифицированных пловцов следует использовать показатели активного гидродинамического сопротивления и внешней механической мощности для дифференцированной оценки параметров гидродинамики пловцов, а вводимый нами показатель KCM (коэффициент эффективности соотношения сопротивление-мощность) для интегративной оценки соотношения этих двух противоположно действующих сил, активного гидродинамического сопротивления при плавании и внешней механической мощности движителей пловца.

Остаются объектом пристального внимания и силовые возможности пловцов сборной команды. В качестве ориентиров при оценке результатов тестирования силовых возможностей пловцов различной подготовленности и специализации целесообразно использовать модельные значения этих показателей (табл. 65 и 66).

Таблица 65 - Модельные значения показателей силовых возможностей у мужчин, специализирующихся в разных способах плавания ( $X \pm m$ )

Показатель	Способ плавания и дистанционная специализация				
	брасс	баттерфляй	на спине	кроль на груди – спринтер	кроль на груди – средневик и стайер
СТС, кг	32,73±1,60	33,02±2,20	30,21±1,32	35,04±0,8	28,65±0,91
СТВР, кг	9,42±0,61	10,31±0,88	10,23±0,55	12,01±0,52	10,84±0,42
СТВН, кг	10,82±0,93	9,27±0,92	6,94±0,51	7,04±0,45	6,24±0,22
СТВК, кг	16,04±0,84	15,08±0,94	14,92±0,58	16,22±0,46	14,55±0,41
КИС, %	49,82±2,38	46,45±1,95	50,11±1,11	46,37±0,91	50,98±0,87
КК, %	79,81±1,69	79,33±3,05	87,82±1,35	85,53±1,23	85,91±0,92

Таблица 66 - Модельные значения показателей силовых возможностей у женщин, специализирующихся в различных способах плавания ( $X \pm m$ )

Показатель	Способ плавания и дистанционная специализация				
	брасс	баттерфляй	на спине	кроль на груди – спринтер	кроль на груди – средневик и стайер
СТС, кг	22,33±0,82	22,12±1,43	22,54±0,90	22,42±0,75	21,33±0,71
СТВР, кг	5,77±0,31	7,14±0,61	6,81±0,27	8,27±0,34	7,22±0,33
СТВН, кг	8,98±0,32	5,88±0,32	5,52±0,42	5,40±0,41	4,65±0,24
СТВК, кг	12,13±0,31	10,77±0,65	11,01±0,22	11,60±0,23	10,21±0,33
КИС, %	55,34±1,50	49,85±3,94	50,02±1,63	52,78±2,29	48,52±1,20
КК, %	83,30±1,28	83,40±2,45	90,10±1,77	85,75±1,74	86,97±0,99

***Динамика достижения модельных характеристик специальной подготовленности пловца на различных этапах подготовки в большом тренировочном цикле***

В практике работы сборной команды России по плаванию в большом тренировочном цикле используются следующие этапы: подготовительный, аэробно-силовой, специальный, фаза сужения и соревновательный период.

На подготовительном этапе, где преимущественно решаются задачи повышения аэробной выносливости и силовой подготовленности спортсменов с акцентированным использованием средств общей и специальной силовой подготовки на суше, планируется достижение уровня индивидуальной модельной характеристики специальной силовой подготовленности.

На этапе аэробно-силовой подготовки, где преимущественно решаются задачи дальнейшего повышения мощности окислительной энергетической системы и повышения биомеханической эффективности техники плавания, планируется достижение уровня индивидуальной модельной характеристики специальной технической подготовленности.

На этапе специальной подготовки, где преимущественно решаются задачи повышения емкости фосфагенной и лактаcidной энергетических систем с параллельным сохранением мощности окислительной энергетической системы на оптимальном уровне, планируется достижение уровня функциональной подготовленности в 92-95% от соответствующей модельной характеристики в условиях соревновательной деятельности.

В фазе сужения, где преимущественно решаются задачи оптимальной сбалансированности уровней функциональной, специальной силовой и технической подготовленности испытуемых, планируется достижение уровня индивидуальных модельных характеристик по всем показателям.



### 7.3.4. Этапы подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации к Играм и динамика тренировочных нагрузок

В таблице 67 представлена информация об этапах, сроках, основных задачах и критериях эффективности подготовки спортсменов спортивной сборной команды России по плаванию в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

Таблица 67 - Этапы, сроки, основные задачи и критерии эффективности подготовки пловцов спортивной сборной команды России по плаванию в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

Этап подготовки	Сроки периода	Основные задачи	Критерии эффективности
Подготовка к Играм Олимпиады 2028 года, конец июля-начало августа	Сентябрь 2024-июль 2025	Подготовка кандидатов в спортивную сборную команду, соответствующих следующим местам в мировом рейтинге: 1-10 место – 10-12 чел. 11-25 место – 15-18 чел. 26-50 место – 12-14 чел.	Достижение кандидатом в спортивную сборную команду запланированных результатов и занятых мест в мировом рейтинге в индивидуальных номерах программы. Завоевание на ОИ 10 призовых мест: (2-4-4)
Подготовка к Чемпионату Европы по водным видам спорта 2026 года	Сентябрь 2025 - август 2026	Подготовка кандидатов в сборную команду, соответствующих следующим местам в мировом рейтинге: 1-10 место – 15-18 чел. 11-25 место – 18-21 чел. 26-50 место – 8-11 чел.	Достижение кандидатом в сборную команду запланированных результатов и занятых мест в мировом рейтинге в индивидуальных номерах программы. Завоевание на чемпионате Европы 16 призовых мест: (4-5-6)
Подготовка к Чемпионату мира WA по водным видам спорта 2027 года, вторая половина июля 2027	Сентябрь 2026 - июль 2027	Подготовка кандидатов в спортивную сборную команду, соответствующих следующим местам в мировом рейтинге: 1-10 место – 18-21 чел. 11-25 место – 20-24 чел.	Достижение кандидатом в спортивную сборную команду запланированных результатов и занятых мест в мировом рейтинге в индивидуальных номерах программы. Завоевание на чемпионате мира 12 призовых мест:

		чел. 26-50 место – 8-10 чел.	(4-4-4)
Подготовка к Играм Олимпиады 2028 года, конец июля – начало августа)	Сентябрь 2027 - август 2028	Подготовка кандидатов в спортивную сборную команду, соответствующих следующим местам в мировом рейтинге: 1-10 место – 22-25 чел. 11-25 место – 19-21 чел.	<u>Медали на ОИ:</u> Золото – 3 Серебро – 4 Бронза – 4

В таблице 68 представлены параметры тренировочных нагрузок различной направленности для пловцов сборной команды России по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

Таблица 68 - Усредненные объемы тренировочной нагрузки для спортсменов спортивной сборной команды России по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

Показатели	Годы цикла			
	2024/2025	2025/2026	2026/2027	2027/2028
Тренировочные дни на централизованной подготовке, дни	260	260	260	280
Тренировочные занятия	400-420	460-500	460-500	500-540
Объем, км	1600-2000	2000-2400	2100-2800	2100-2800
Аэробная работа (ПАО), км	240-300	200-240	300-360	240-280
Аэробная работа (ПАНО), км	800-1000	1000-1200	1600-1800	1200-1400
Аэробно-анаэробная, анаэробная, специальная выносливость, км	80-100	140-160	100-120	170-190
Скоростная (спринт), км	100-140	100-140	140-160	140-160
Восстановительное плавание, км	300-400	330-350	320-340	340-360
Сила и гибкость на суше, количество занятий	140-150	120-130	140-150	120-130
Мощность на суше и	80-100	120-130	80-100	120-130

воде, количество занятий				
Соревновательные дни, дни	75	75	75	55
Восстановление, дни	30	30	30	30

Примечание: в данной таблице диапазон объемов тренировочной нагрузки, а также ряд других показателей, указаны в соответствии со специализацией спортсменов (спринтеры, средневики, стайеры).

### 7.3.5. Система планирования учебно-тренировочных мероприятий спортивной сборной команды Российской Федерации при подготовке к Играм

Во всех национальных командах, входящих в мировую плавательную элиту (за исключением команды США), используется планирование в виде трех больших тренировочных циклов в течение тренировочного сезона. При сохранении такого стандартного планирования (табл. 69), предполагается обязательная индивидуализация объема и интенсивности тренировочной нагрузки на основании хорошо зарекомендовавших себя ранее на практике энергетических и биомеханических критериев специальной подготовленности спортсменов.

Таблица 69 - Планирование годовых циклов в период подготовки к соревнованиям Игр Олимпиады.

2025-2028 гг.	Тренировочный сезон каждого из четырех лет в олимпийском цикле подготовки к Играм 2028 года			
Название цикла	Зимний большой тренировочный цикл	Весенний большой тренировочный цикл	Летний большой тренировочный цикл	Переходный период (восстановительный цикл)
Начало и окончание цикла	Начало - сентябрь, окончание – конец декабря	Начало - январь, окончание – середина апреля	Начало - середина апреля, окончание – конец июля или середина августа	В течение августа или с 15 августа по 10 сентября
Основные соревнования цикла или главные соревнования сезона	ЧМ или ЧЕ в 25-метровом бассейне	Чемпионат Российской Федерации (отборочные соревнования к главным соревнованиям сезона)	ЧМ или ЧЕ в 50-метровом бассейне или ОИ	

Каждый из указанных больших тренировочных циклов, в свою очередь, включает в себя следующие периоды подготовки: подготовительный, аэробно-силовой, специальный, фаза сужения тренировочной нагрузки и соревновательный период. В зависимости от даты проведения основных соревнований цикла или главных соревнований сезона продолжительность используемых больших тренировочных циклов может незначительно изменяться. В тоже время основные характеристики тренировочной нагрузки в зависимости от задач цикла могут изменяться значительно.

Кроме того, также на основании стратегического плана подготовки, главным тренером команды разрабатывается календарный план мероприятий на текущий тренировочный сезон (включающий централизованную подготовку и подготовку на местах), который согласуется с личными тренерами и реализуется в виде ЕКП по плаванию.

### 7.3.6. Система планирования спортивных соревнований, направленных на подготовку спортивной сборной команды Российской Федерации к Играм

Объем соревновательной нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг. на турнирах разного значения представлен в таблице 70.

Таблица 70 - Объем соревновательной нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

Показатели соревновательной нагрузки (соревнований/стартов)				
Вид соревнований	Количество стартов по годам подготовки			
	2024/2025	2025/2026	2026/2027	2027/2028
<i>Подготовительные:</i> чемпионаты субъектов Российской Федерации, чемпионаты и первенства Федеральных округов Российской Федерации по плаванию.	10-20	10-20	10-20	10-20
<i>Контрольные:</i> Этап кубка мира (25м), этапы Кубка России, чемпионаты и первенства Федеральных округов Российской Федерации по плаванию, чемпионат России, международные соревнования «Кубок Сальни-	20-25	20-25	20-25	15-20

кова В.В.»				
<u>Подводящие:</u> Этапы кубка мира (25 м), этапы Кубка России по плаванию, международные соревнования «Маре Нострум»	20-25	20-25	20-25	15-20
<u>Отборочные:</u> ЧР России по плаванию.	8-14	8-14	8-14	8-14
<u>Главные:</u> Всемирная Универсиада, чемпионаты мира, чемпионаты Европы, Игры Олимпиады 2028	6-10	6-10	6-10	6-10
Итого (среднее значение):	60	70	80	90

### 7.3.7. Субъекты Российской Федерации, специализирующиеся на подготовке спортивного резерва по плаванию

Субъекты Российской Федерации, специализирующиеся на подготовке спортсменов высокого класса:

- город Санкт-Петербург;
- город Москва;
- Алтайский край
- Волгоградская область;
- Калужская область;
- Краснодарский край;
- Липецкая область;
- Московская область;
- Нижегородская область;
- Новосибирская область;
- Омская область;
- Пензенская область;
- Пермский край;
- Республика Башкортостан;
- Республика Татарстан;
- Ростовская область;
- Свердловская область;
- Ульяновская область;
- Ярославская область

## **7.4. Критерии формирования олимпийской команды России для подготовки и выступлению в предстоящих Играх**

### **7.4.1. Критерии отбора спортсменов для включения их в состав спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию для участия в международных спортивных соревнованиях**

В соответствии с частью 2 статьи 36 Федерального закона от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», списки кандидатов в сборную команду России по плаванию ежегодно утверждаются Министерством спорта Российской Федерации по представлению ФВВСР.

Списки формируются по итогам выступлений спортсменов в прошедшем спортивном сезоне на официальных международных спортивных соревнованиях и официальных всероссийских спортивных соревнованиях.

При формировании состава сборной команды России для участия в официальных международных соревнованиях 2025-2028 гг. будет применяться одноступенчатый отбор по наилучшему результату на Чемпионате России. Отбор в спортивную сборную команду для участия в чемпионатах мира по водным видам спорта проводятся на чемпионате России. В состав команды включаются спортсмены, занявшие на соревнованиях 1–2–е места при условии выполнения норматива, который соответствует 10 результату по предыдущему чемпионату мира, а на не олимпийских дистанциях программы нормативом отбора является 8 результат. Отбор на чемпионат Европы по водным видам спорта также проводится на чемпионате России. В состав сборной команды включаются спортсмены, занявшие на соревнованиях с 1–2–е места в индивидуальных номерах программы, при условии выполнения норматива, который соответствует 8 результату по предыдущему чемпионату Европы.

Отбор в сборную команду России для участия в Играх Олимпиады 2028 г. будет проводиться на чемпионате России. В состав сборной команды включаются спортсмены, занявшие 1–2 места в индивидуальных номерах программы при условии выполнения норматива ФВВСР, который соответствует 10 результату на предыдущих ОИ.

В состав сборной команды России для участия в чемпионатах мира, Европы и ОИ по плаванию по предложению Главного тренера может быть включено до 4-х спортсменов юниорского возраста, не выполнившие отборочный норматив, но показавшие высокие результаты среди спортсменов данной возрастной группы на соответствующей дистанции в текущем мировом рейтинге. Данный пункт реализуется только при условии наличия «вакантных» мест (менее двух «взрослых» спортсменов, выполнивших отборочный норматив) на соответствующей дистанции.

В состав эстафетного плавания 4x100м вольным стилем и 4x200м вольным стилем могут рассматриваться спортсмены, занявшие с первого по чет-

вертое место в финальных заплывах соответствующих индивидуальных номеров программы.

В соответствии с распорядительными документами Минспорта России в списки кандидатов в сборную команду России, преимущественно, включаются чемпионы и призеры чемпионатов и первенств России, Кубка России, причем независимо от показанного результата, соответствующего иногда и 90-100 результату в мировом рейтинге. Это приводит к тому, что подрастающие перспективные спортсмены, которые пока еще на данных соревнованиях не могут на равных бороться с призерами «России», практически не имеют возможности быть включенными в указанные списки сборной. Таким образом, эта категория спортсменов лишается права быть привлеченными на централизованные ТМ по линии ФГБУ ЦСП, что в итоге значительно снижает планируемый общий потенциал сборной команды.

Анализ мировых рейтингов пловцов позволил заключить, что наилучших результатов в Олимпийский год добиваются спортсмены оптимального возраста, занимающие высокие места в рейтинге. Всех спортсменов, способных вести борьбу за медали, можно разделить на три возрастные группы, каждой из которых должны соответствовать показатели занимаемых ими в мировом рейтинге мест:

#### Мужской состав сборной команды:

- Первая возрастная группа: спортсмены 28 лет и старше, занимающие в мировом рейтинге 1-3 места. Благодаря опыту и стабильности от этих спортсменов можно ожидать высокого результата.
- Вторая возрастная группа: спортсмены 23-25 лет, входящие в пятерку рейтинга, имеющие стабильный результат и при минимальном прогрессе способные бороться за медали в личных номерах программы.
- Третья возрастная группа: спортсмены 17-22 года, способные добиться значительного прогресса в Олимпийский год, входящие в «десятку» рейтинга.

#### Женский состав сборной команды:

- Первая возрастная группа: 28 лет и старше, спортсменки топового уровня, многолетние лидеры сборной, способные бороться за победы, переживающие сегодня вторую спортивную молодость в связи с появившейся серьезной конкуренцией со стороны группы молодых спортсменок.
- Вторая возрастная группа: спортсменки 20-24 лет. Эти талантливые, прогрессирующие спортсменки способны выходить в финальные заплывы Олимпиады и бороться за медали.
- Третья возрастная группа: спортсменки 15-19 лет в силу возрастных особенностей при надлежащей дисциплине способны прогрессировать наиболее динамично.

Настоящая программа подготовки к Олимпийским играм 2028 г. предусматривает внесение изменений в распорядительные документы Министерства спорта Российской Федерации, регламентирующие формирование ежегодного списочного состава резерва сборной команды в

части критериев комплектования списочного состава кандидатов в спортивную сборную команду России по плаванию с учетом роста их спортивных результатов, рейтинга спортсменов всех возрастных группах, перспективности и одаренности молодых атлетов. В том числе, предусмотреть включение в списки кандидатов в спортивную сборную команду России по плаванию, кроме призеров первенства России среди юниоров, еще и по 4 лучших спортсменов младшего возраста, входящих в 16 сильнейших на каждой дистанции на основании итоговых протоколов первенства России по плаванию.

С целью повышения объективности системы отбора при формировании списочного состава кандидатов в члены спортивной сборной команды России по плаванию, ФВВСР дополнительно использует следующие рейтинговые критерии (табл. 71 - 72).

Таблица 71 – Рейтинговые критерии для формирования состава спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию

Группа пол, год рождения	Место в национальном рейтинге в индивидуальных номерах программы по итогам предыдущего сезона
Группа – 1 Мужчины – 1998 – 2002 Женщины – 2000 - 2004	4-8
Группа – 2 Мужчины – 2004-2006 Женщины – 2004-2008	7-12
Группа – 3 Юноши – 2007-2013 Девушки – 2008-2014	13-16

Таблица 72 - Рейтинговые критерии отбора кандидатов в юношескую сборную команду России по плаванию

Группа пол, год рождения	Место в национальном рейтинге в индивидуальных номерах программы по итогам предыдущего сезона в своей возрастной группе
Группа - 1 Юноши - 2007-2011 Девушки - 2008-2012	7-12
Группа - 2 Юноши - 2011-2013 Девушки - 2012-2014	20-25



#### 7.4.2. Критерии отбора спортсменов для включения их в состав спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию для участия в тренировочных мероприятиях

Списки спортсменов для включения их в состав спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию для участия в тренировочных мероприятиях формируются на основании занимаемого спортсменом места в национальном рейтинге в индивидуальных номерах программы по итогам предыдущего сезона (табл. 73 - 74).

Таблица 73 - Рейтинговые критерии формирования основного состава сборной команды России для централизованной подготовки

Группа пол, год рождения	Место в национальном рейтинге в индивидуальных номерах программы по итогам предыдущего сезона
Группа - 1 Мужчины – 1998 - 2002 Женщины - 2000-2004	1-3
Группа - 2 Мужчины - 2004-2006 Женщины - 2004-2008	1-6
Группа - 3 Юноши - 2007-2013 Девушки - 2008-2014	1-12

Таблица 74 - Рейтинговые критерии формирования юношеского состава сборной команды России для централизованной подготовки

Группа Пол, год рождения	Место в национальном рейтинге в своей возрастной группе по итогам предыдущего сезона	
	личный номер	эстафетное плавание
Группа - 1 Юноши - 2007-2011 Девушки - 2008-2012	1-6	1-10
Группа - 2 Юноши - 2011-2013 Девушки - 2012-2014	1-20	1-30

### 7.4.3. Список наиболее вероятных спортсменов - кандидатов в спортивную сборную команду Российской Федерации по плаванию для участия в предстоящих Играх

Таблица 75 - Список наиболее вероятных кандидатов в спортивную сборную команду Российской Федерации по плаванию и плаванию на открытой воде для участия в олимпийских играх 2028 года

Фамилия, имя спортсмена	Год рожде- ния	Вид программы, спор- тивный результат	Ф.И.О. личного тренера
Женщины			
Банит Ирина	2010	800 м В/с - 8:49.79	Пшеничная И.Г.
Белоногофф Татьяна	2001	100 м Бр - 1:06.94	Новожилова В.В.
Блинова Виктория	2008	400 м Кп - 4:45.24	Созонов М.А.
Богомолова Елена	2005	50 м Бр - 30.89	Никитин П.Л.
Вазыхова Маргарита	2012	800 в/с - 9:11.80	Гарипова Г.Р.
Гайфутдинова Алина	2005	50 м Н/с - 27.54	Козлова Н.А.
Гилязова Ралина	2007	50 м Бр - 31.09	Аминова Г.М.
Горбунова Татьяна	2009	200 м Бр - 2:28.84	Панфёров А.А.
Дьякова Софья Ч.	2008	400 м В/с - 4:05.16	Чепик С.Ю.
Егги Влада	2007	100 м Н/с - 1:00.84	Новожилова В.В.
Егорова Анна	1998	200 м В/с - 1:58.82	Ганзей С.С.
Ершова Маргарита	2005	800 м В/с - 8:46.24	Манкевич Т.В./ Прохоренко М.В.
Зарубенкова Дарья	2007	200 м Н/с - 2:12.24	Николенко А.А.
Каменева Мария	1999	50 м Н/с - 27.73	Козлова Н.А.
Клеванович Елизавета	2001	100 м В/с - 54.52	Юрченко Е.В.
Клепикова Дарья	2005	100 м В/с - 53.36	Цветковский О.Н.
Козякина Полина	2007	1500 м В/с - 16:28.85	Манкевич Т.В.
Кувычко Анастасия	2008	200 м В/с - 2:00.84	Базиянц В.Д./ Манкевич Т.В.
Кузнецова Александра	2006	100 м В/с - 54.77	Кузнецова Е.Ю./ Байдалова О.Н.

Курилкина Александра	2005	100 м В/с - 54.88	Курилкин Е.Е.
Курцева Яна	2002	800 м В/с - 8:48.52	Манкевич Т.В.
Манохина Кира	2009	100 м В/с - 55.79	Орехов А.С.
Маркова Анастасия	2005	100 м Бат - 59.08	Алешин А.Л./ Сапрыкин В.П.
Машкина Виктория	2006	50 м Н/с - 28.31	Сапсай И.А.
Мишарина Ксения	2009	800 м В/с -8:27.36	Манкевич Т.В./ Татьянченко С.А.
Молчанова София	2011	100 н/с 1:03.73	Уразова Р.И./ Наделяев Е.С.
Рогожинова Дарья	2006	200 м Кп - 2:14.39	Белякина Д.В./ Кирсанова О.М.
Саламатина Валерия	1998	200 м В/с - 2:00.30	Шалагин Д.П.
Саратова Анастасия	2001	200 м В/с - 1:59.40	Калугин Л.С.
Сорокина Екатерина	2001	800 м В/с - 8:42.77	Бирюкова Л.В.
Степанова Милана	2009	100 м Н/с - 1:01.10	Капецкая Е.Ю.
Суркова Арина	1998	50 м В/с -24.34	Мартынов А.Б.
Таранникова Виктория	2009	200 м Бр - 2:28.46	Таранникова А.В.
Татарина Дарья	2004	100 м Бат - 58.99	Щеголев Р.В.
Трофимова Дарья	2005	100 м В/с -54.06	Котов В.Н.
Фокина Серафима	2008	200 м Бат - 2:11.24	Базиянц В.Д.
Хвесюк Варвара	2009	100 м Бат - 59.95	Яковлева Н.В.
Хитёва Арина	2006	50 м Н/с - 28.19	Ильин А.И.
Чернышова Анастасия	2010	400 м Кп - 4:53.92	Попова О.И.
Чикунова Евгения	2004	200 м Бр - 2:18.98	Новожилова В.В.
Чимрова Светлана	1996	100 м Бат - 57.91	Горелик М.В.
Шакирова Яна	2005	100 м В/с -54.36	Новожилова В.В.
Шейнина Евангелина	2009	50 м Н/с - 29.13	Квасков П.Л.
Мужчины			
Акимов Роман	2005	400 м В/с - 3:49.29	Ковшикова Т.В.
Бабинич Егор	2007	400 м В/с - 3:52.86	Иванова Е.Г.

Бородин Илья	2003	200 м Кп - 1:56.75	Свистак М.Ф.
Вековищев Григорий	2008	400 м В/с - 3:53.47	Козырев А.А.
Вековищев Михаил	1998	50 м Бат - 23.55	Загацкий С.Р.
Герасимов Сергей	2009	100 н/с - 57.02	Яковлева Н.В.
Гирев Иван	2000	200 м В/с - 1:48.00	Шишин А.Г.
Гринёв Владислав	1996	100 м В/с - 48.14	Нуцубидзе В.В.
Гусенков Анатолий	2008	200 м Кп - 2:01.24	Ковшикова Т.В.
Егоров Александр	2001	400 м В/с - 3:50.37	Горелик М.В.
Жаворонков Дмитрий	2001	100 м В/с - 49.04	Сафонова Л.М./ Сапрыкин В.П.
Жигалов Александр	2001	100 Бр - 1:00.26	Дорожкин А.Е.
Жидков Роман	2007	100 м В/с - 49.30	Слепокурова Е.М.
Зуев Николай	2001	100 м Н/с - 53.53	Глухова О.Е.
Кожакин Иван	1997	50 м Бр - 26.76	Кожакин С.В.
Колесников Климент	1999	50 м Н/с - 23.90	Лазарев Д.Г.
Колесников Николай	2006	400 м В/с - 3:50.06	Прохоренко В.В.
Корнев Егор	2004	100 м В/с - 47.74	Байдалова О.Н./ Кузнецова Е.Ю.
Кукушкин Василий	2002	100 м В/с - 48.79	Щёголев Р.В.
Лифинцев Мирон	2006	100 н/с - 52.08	Байдалова О.Н./ Кузнецова Е.Ю.
Лозе Ярослав	2007	200 м Н/с - 2:00.95	Романова Н.А.
Лузин Савелий	2005	1500 м В/с - 15:07.10	Кибенко А.Г.
Малютин Мартин	1999	200 м В/с - 1:45.86	Рощина Н.Н.
Марков Даниил	2000	100 м В/с - 49.12	Обедин А.С.
Мартынычев Кирилл	2002	1500 м В/с - 15:10.72	Беляев Н.С.
Минаков Андрей	2002	100 м В/с - 48.07	Кузнецов А. А.
Пригода Кирилл	1996	200 м Бр - 2:07.48	Горелик М.В.
Резниченко Владислав	2003	400 м В/с - 3:49.56	Рощина Н.Н.
Рылов Евгений	1998	200 м Н/с - 1:54.63	Шишин А.Г.
Савенко Дмитрий	2002	100 м Н/с - 52.90	Бачин А.Ю.

Самусенко Павел	2001	100 м Н/с - 53.00	Лебедик Е.В.
Степанов Александр	2003	400 м В/с - 3:47.30	Тулупова А.А.
Ступин Максим	2000	200 м Кп - 1:58.56	Лазарев Д.Г.
Сударев Алексей	2003	200 м Бр - 2:09.84	Байдалова О.Н./ Кузнецова Е.Ю.
Филипец Александр	2010	1500 м В/с - 15:49.94	Филипец А.В.
Филипец Андрей	2005	1500 м В/с - 15:15.48	Филипец А.В.
Шаталов Даниил	1999	400 м В/с - 3:50.63	Шабанов А.А.
Шевляков Роман	1998	50 м Бат - 22.92	Измайлов В.А.
Щеголев Александр	2002	100 м В/с - 49.06	Щеголев Р.В.
Щербаков Михаил	2008	200 м Кп - 2:00.76	Прохоренко В.В./ Табачкова Г.Н.

Примечание: Вольный стиль – в/с; на спине – н/с; брасс – бр; баттерфляй – бат; комплексное плавание – кп.

## **7.5. Научно-методическое, медико-биологическое, медицинское и анти-допинговое обеспечение спортивной сборной команды Российской Федерации**

### **7.5.1. Анализ эффективности подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации в течение четырех лет, предшествующих периоду разработки программы, на основании данных научно-методического обеспечения, медико-биологического, медицинского и антидопингового обеспечения**

В прошедшем четырехлетии подготовка пловцов сборной команды России постоянно обеспечивалась научно-методическим сопровождением на современном уровне. Следует отметить, что круг методов и технологий контроля и оценки подготовленности пловцов сборной команды постоянно обновлялся и дополнялся за счет более современного и более качественного оборудования и более совершенных методик. Был разработан и внедрен в практику целый ряд новых методик и методических подходов, что существенно расширило возможности НМО.

Так, за период прошедшего олимпийского цикла экспериментально верифицированы энергетические и биомеханические критерии специальной подготовленности спортсменов, которые позволяют определить основные направления и резервы дальнейшего повышения скорости плавания в виде индивидуальных модельных характеристик спортсмена с учетом способа плавания и длины соревновательной дистанции.

Таковыми *интегральными количественными критериями* в реальных условиях плавания различными спортивными способами в различных зонах энергетического обеспечения являются:

- величина мощности энергетического метаболизма  $P_{ai}\{\text{Вт}\}$ , которая является критерием *уровня специальной функциональной подготовленности*;
- безразмерный коэффициент механической эффективности  $e_g$ , который является критерием *уровня специальной силовой подготовленности*;
- безразмерный коэффициент продвигающей эффективности  $e_p$ , который является основным точным критерием *уровня специальной технической подготовленности*;
- величина лобовой компоненты активного гидродинамического сопротивления  $F_{r(f.d.)}\{\text{Н}\}$ , которая является дополнительным точным критерием *уровня специальной технической подготовленности*.

Экспериментальный индивидуальный анализ использования указанных количественных критериев однозначно показал их высокую эффективность. Так все спортсмены команды, успешно выступившие на международных соревнованиях, достигли запланированных результатов в полном соответствии индивидуальных модельных характеристик реальным характеристикам (которые измерялись на регулярной основе в различные периоды тренировочного цикла). С другой стороны, спортсмены, выступившие неудачно на международных соревнованиях, имели существенные отклонения от модельных характеристик (в основном по критериям специальной силовой и технической подготовленности).

Вследствие этого с целью повышения эффективности управления текущим состоянием спортсмена на различных этапах подготовки, в тренировочном процессе национальной команды России по плаванию на систематической основе будет использоваться технология тестирования количественных критериев специальной подготовленности пловцов. Кроме того, на регулярной основе планируется использование технологии контроля и методики подготовки пловцов высшей квалификации на основании анализа динамики функциональной зависимости между мощностью активного метаболизма и скоростью плавания. Для спортсменов юношеского состава получены оптимальные модельные характеристики основных показателей функциональной, силовой и технической подготовленности пловцов.

Разработана и внедрена технология мониторинга динамики специальной физической подготовленности пловцов на основе использования методики соотношения текущей спортивной результативности с возрастной «нормативной траекторией» достижения рекордных результатов. Эта методика позволяет более точно отслеживать динамику роста спортивного мастерства и прогнозировать перспективность пловцов.

Разработана специальная компьютерная программа сбора и оценки основных параметров подготовленности пловцов. Эта программа позволяет оперативно оценивать подготовленность спортсменов, а получаемые оценки

используются как для формирования сборных команд всех уровней, так и для мониторинга текущего и долговременного функционального состояния и специальной физической подготовленности пловцов. Предусмотрены функции ранжирования спортсменов по ряду критериев (возраст, пол, спортивная результативность, дистанционная специализация, способ плавания), сбора и архивирования получаемых данных, их графической визуализации.

Разработан новый показатель гидродинамического статуса пловца - коэффициент соотношения мощность-сопротивление (КСМ). Этот показатель позволяет интегративно оценивать динамику соотношения тотальной мощности плавательных движений и активного гидродинамического сопротивления пловца.

Разработана методика и комплекс плавательных тестов для оценки функциональных возможностей пловцов в разных зонах энергообеспечения. Произведена её апробация в тренировочном процессе пловцов сборной команды России. В настоящее время использование такого тестирования является обязательным для всех членов сборной команды и ежегодно включается в план подготовки сборной команды.

На основе многочисленных обследований разработаны модельные характеристики показателей силовых возможностей пловцов, специализирующихся в разных способах плавания.

В учебно-тренировочный процесс пловцов сборной команды внедрена технология расчета скоростей в тренировочных сериях на основе максимальных скоростных возможностей спортсмена и запланированного к достижению спортивного результата. Для автоматизации процесса расчета скоростей в тренировочных сериях разработаны специальные электронные таблицы, что существенно сокращает время реализации этой технологии.

Использование в работе комплексной научной группы сборной команды России по НМО указанных методик и технологий позволяет более точно оценивать потенциал спортсменов, проводить более качественный отбор пловцов в сборные команды, прогнозировать перспективность спортсменов и отслеживать динамику роста их спортивного мастерства.

Сформированный к настоящему времени комплекс современных методов контроля и оценки подготовленности спортсменов позволяет более эффективно решать задачи НМО, и в конечном итоге, способствовать более эффективному управлению тренировочным процессом.

Данный вывод подтверждается неуклонным ростом результативности пловцов сборной команды России, постоянным притоком молодых перспективных спортсменов в её состав.

Следует отметить, что существенный рост объема информации, получаемый в ходе контроля текущего и долговременного состояния спортсменов в рамках НМО требует более оперативных и автоматизированных инструментов её обработки и оценки. В этом аспекте следует упомянуть набирающий силу вектор на цифровизацию всех сторон управления тренировочным процессом. Комплексная научная группа сборной команды России по плаванию уже несколько лет использует автоматизированную систему сбора и

оценки информации, получаемой в ходе контроля всех сторон подготовленности спортсменов, начала применение автоматизированной оценки соревновательной деятельности пловцов.

Следую современным трендам развития технологий управления тренировочным процессом спортсменов считаем необходимым рекомендовать основные процессы контроля и научно-методического сопровождения подготовки пловцов сборной команды в максимальном объеме автоматизировать на основе цифровых технологий.

ВФП всемерно способствует утверждению основного принципа олимпийского движения – стремления к честной спортивной борьбе и искоренения случаев нарушений антидопинговых правил среди пловцов всех возрастных категорий. Допинг в корне противоречит духу спорта, поэтому основной задачей антидопингового обеспечения Всероссийской Федерации Плавания является четкое планирование и реализация антидопинговой стратегии.

Количественные показатели по антидопинговой работе Всероссийской федерации плавания:

1. Пропуски допинг-тестирования:

- 2021 год спортсменам, состоящим в пулах тестирования, выставлено 15 флажков;

- 2022 год спортсменам, состоящим в пулах тестирования, выставлено 24 флажка;

- 2023 год спортсменам, состоящим в пулах тестирования, выставлено 11 флажков;

- 2024 год I-е полугодие спортсменам, состоящим в пулах тестирования выставлено 13 флажков;

Основные причины пропуска допинг-тестирования:

- несвоевременное заполнение системы АДАМС;

- некорректная информация в системе АДАМС;

- пропуск вне соревновательного допинг-тестирования.

Мероприятия, направленные на уменьшение количества флажков:

- на постоянной основе консультации спортсменов по телефону, по электронной почте и посредством смс-сообщений;

- ежемесячно по электронной почте оповещения спортсменов о своевременном заполнении системы АДАМС

- информирование о своевременной коррекции данных в системе АДАМС во время сборов и учебно-тренировочных мероприятиях;

- информирование по электронной почте спортсменов о включении их в пул тестирования;

- направление ссылок на видеоуроки и вебинары, проводимые как ВФП, так и совместно с «РАА «РУСАДА» и ЦСП Сборных команд Российской Федерации;

- проведение очных встреч со спортсменами и тренерами, в которых производится подробный разбор антидопинговых правил и причины их нарушений.

2. Сведения о дисквалификации спортсменов:



- 2021 год дисквалифицировано 6 спортсменов;
- 2022 год дисквалифицировано 5 спортсменов;
- 2023 год дисквалифицировано 2 спортсменов и 1 тренер;
- 2024 год I-е полугодие дисквалифицировано 2 спортсмена.

### 7.5.2. План организации мероприятий научно-методического, медико-биологического и медицинского обеспечения спортивной сборной команды Российской Федерации

На основании результатов анализа работы КНГ в прошедшем олимпийском цикле, **модифицированы** программы научно-методического обеспечения подготовки сборной команды, которые включают:

- оценка соревновательной деятельности (ОСД - таблица 76);
- этапные комплексные обследования (ЭКО - таблица 77);
- текущие обследования при проведении ТМ в условиях тренировок на уровне моря (ТО - таблица 78);
- и при проведении ТМ в условиях среднегорной подготовки (ТО-1-таблица 79).

Таблица 76 - Программа обследования соревновательной деятельности спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию (ОСД)

№ п/п	Направленность обследования	Вид обследования (содержание работ)	Используемые методы	Используемые методики (научное оборудование)	Регистрируемые показатели
1	Технико-тактическая	Оценка и анализ технико-тактического прохождения соревновательной дистанции	Видеозапись, видеоанализ, статистическая обратка, графический метод	Протокол соревнований, цифровая видеокамера, компьютер, прикладное программное обеспечение «Swim Watch Race Analyzer»	Анализ кинематических показателей преодоления отдельных участков дистанции (время реакции на старте, темп гребков, длина плавательного цикла, средняя скорость плавания, время выполнения поворота)

Таблица 77 - Программа этапного комплексного обследования спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию (ЭКО).

№ п/п	Направленность обследования	Задачи обследования	Используемые методы /средства/ пробы	Используемые методики (научное оборудование)	Регистрируемые показатели
1	Оценка морфоло-	Измерения антропомет-	Сравнительный анализ показа-	Аппаратный метод. Анали-	Длина тела (см) Масса тела (кг)

	гического статуса	рических и морфометрических показателей	телей биоимпедансометрии методом МЕ-ДАСС (специальная антропометрическая аппаратура: калипер, ростомер, весы, сантиметр)	затор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением АВС-1 МЕ-ДАСС	Жировой компонент (%), кг) Мышечный компонент (%), кг)
2	Функциональная	Определение функционального состояния и оценка переносимости нагрузки	Аппаратный метод, сравнительный анализ, педагогическое тестирование	Плавательный тест (интенсивность/ зона энергообеспечения зависит от этапа макроцикла) или прерывистый ступенчатый тест с использованием газоаналитического метода. Гидродинамический канал, газоанализатор фирмы «Кортекс» «MetaSwim».	Дыхательный коэффициент ДК, легочная вентиляция VE л/мин, МПК VO2 л/мин, VO2/кг мл/мин, ЧСС уд/мин
3	Педагогическая	Фиксация и анализ тренировочных нагрузок	Инструментальный метод, педагогические наблюдения/интервьюирование	Электронные дневники в формате Excel, кардиомонитор Polar Flow, анкета, хронометрирование, видеосъемка по Swimparser	Показатели выполнения тренировочной работы - объем, км. по зонам энергообеспечения. Соотношение зон аэробной и анаэробной направленности. Время тренировок на суше - ОФП, СФП (подходы, время чч/мм)
4	Психологическая	Оценка психоэмоционального состояния.	Анкетирование, компьютерные программы оценки психоэмоционального состояния спортсменов	Опросник Тест Кеттелла 16 PF (Форма А).	Уровень саморегуляции психических состояний и самоконтроля, волевой мобилизации. Уровень притязаний и самооценка, потребности.
5	Физиологическая	Оценка напряжения	Аппаратный метод, метод	Аппаратный комплекс с	ЧСС в покое уд/мин, ИН индекс

		регуляторных систем	сравнения, моделирования, прогностический метод	программным обеспечением ВАРИКАРД ООО РАМЕНА.	напряжения, ТР суммарная мощность спектральных волн, вариационный размах MxDMn мс, показатели регуляторных процессов ПАПР и ПАРС
6	Гидродинамическая	Оценка и анализ основных гидродинамических характеристик техники плавания	Аппаратный метод, метод сравнения, педагогический эксперимент	Аппаратно-программный комплекс «SwimDrag» для измерения активного гидродинамического сопротивления	Показатели максимальной скорости плавания, активного гидродинамического сопротивления, безразмерного коэффициента гидродинамической силы, тотальной внешней механической мощности.

Таблица 78 - Программа текущего обследования спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию (ТО - используется при проведении обследования во время ТМ в условиях тренировок на уровне моря).

№ п/п	Направленность обследования	Вид обследования (содержание работ)	Используемые методы	Используемые методики (научное оборудование)	Регистрируемые показатели
1	Педагогическая	Фиксация и анализ тренировочных нагрузок	Инструментальный метод, педагогические наблюдения/интервьюирование	Электронные дневники в формате Excel, кардиомонитор Polar Flow, анкетирование, хронометрирование, видеосъемка по Swimparser	Показатели выполнения тренировочной работы - объем, км. по зонам энергообеспечения. Соотношение зон аэробной и анаэробной направленности. Время тренировок на суше - ОФП, СФП (подходы, время чч/мм)
2	Силовая	Определение уровня силовой подготовленности в условиях суши и водной среды	Динамометрия	Специализированный аппаратный комплекс с программным обеспечением POWERSWIM 3.0	Определение показателей силы тяги ног\рук в условиях суши и водной среды, коэффициента координации, коэффициента использования силовых возможностей
3	Физиологическая	Оценка напряжения	Аппаратный метод,	Аппаратный комплекс с про-	ЧСС в покое уд/мин, ИН индекс напря-

		регуляторных систем	метод сравнения, моделирования, прогностический метод	граммным обеспечением ВАРИКАРД ООО РАМЕНА.	жения, ТР суммарная мощность спектральных волн, вариационный размах MxDMn мс, показатели регуляторных процессов ПАПР и ПАРС
4	Гидродинамическая	Оценка и анализ основных гидродинамических характеристик техники плавания	Аппаратный метод, метод сравнения, педагогический эксперимент	Аппаратно-программный комплекс «SwimDrag» для измерения активного гидродинамического сопротивления	Показатели максимальной скорости плавания, активного гидродинамического сопротивления, безразмерного коэффициента гидродинамической силы, тотальной внешней механической мощности.
5	Функциональная	Оценка функционального состояния и скорости плавания в различных зонах энергообеспечения	Хронометрирование, метод сравнения	Программа тестирования ФВВСП, разработанная для сборной команды России по плаванию	Время проплывания тестовых заданий Мин, сек, оценка по критериальным оценкам и очкам WORLD AQUATIC

Таблица 79 - Программа текущего обследования спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию (программа ТО-1 - используется при проведении обследования во время ТМ в условиях среднегорной подготовки).

№	Направленность обследования	Вид обследования (содержание работ)	Используемая методика (аппаратура)	Регистрируемые показатели
1	Педагогическая	Фиксация и анализ тренировочных нагрузок	Инструментальный метод, педагогические наблюдения, хронометрирование кардиомонитор Polar Flow	Показатели выполнения тренировочной работы - объем, км. по зонам энергообеспечения. Соотношение зон аэробной и анаэробной направленности. Время тренировок на суше - ОФП, СФП (подходы, время чч/мм)
2	Функциональная	Оценка и анализ динамики индивидуальных показателей скорости плавания в зоне порога анаэробного обмена	Газоанализатор фирмы «Cortex» в модификации «MetaMax»	Прерывистый ступенчатый тест в плавательном бассейне с повышением скорости плавания. Время работы, скорость плавания, показатели легочной вентиляции, потребления кислорода, выделения углекислого газа и коэффициента респираторно-

		с использованием газоаналитических методов		го обмена (RER), ЧСС до нагрузки, во время тестовой процедуры и в течение 3-х мин. восстановления после нагрузки
3	Гидродинамическая	Оценка и анализ основных гидродинамических характеристик техники плавания	Аппаратно-программный комплекс «SwimDrag» для измерения активного гидродинамического сопротивления	Показатели максимальной скорости плавания, активного гидродинамического сопротивления, безразмерного коэффициента гидродинамической силы, тотальной внешней механической мощности.
4	Силовая	Определение уровня силовой подготовленности в условиях суши и водной среды	Динамометрия	Определение показателей силы тяги ног\рук в условиях суши и водной среды, коэффициента координации, коэффициента использования силовых возможностей.

Методологической основой взаимодействия участников процесса подготовки (тренеры, специалисты, спортсмены) является современная концепция подготовки пловцов, ядром которой является оптимальная сбалансированность индивидуальных энергетических и биомеханических показателей специальной подготовленности спортсмена, которая, как хорошо известно, и приводит к достижению запланированного спортивного результата. Для эффективной реализации используемой концепции подготовки разработаны, утверждены и регулярно проводятся исследования по программам научно-методического, медико-биологического и медицинского обеспечения подготовки сборной команды. Данные исследования включают обследования соревновательной деятельности (ОСД), этапные комплексные обследования (ЭКО), углубленные медицинские обследования (УМО), текущие обследования при проведении УТС в условиях тренировок на уровне моря и среднегорной подготовки (ТО).

Таблица 80 - Целевые индикаторы системы научно-методического обеспечения спортсменов основного и резервного составов спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

№ п/п	Показатели	2024/2025	2025/2026	2026/2027	2027/2028
1	Охват спортсменов сборной команды мероприятиями НМО, %	60	80	90	100
2	Выполнение календарного плана мероприятий НМО, %	100	100	100	100

3	Выполнение модельных характеристик соревновательной деятельности, %	60	80	90	100
4	Выполнение объема тренировочной нагрузки, %	80	90	100	100
5	Материально-техническое обеспечение, %	90	100	100	100
6	Кадровое обеспечение, %	80	100	100	100

### 7.5.3. Обследования соревновательной деятельности (далее - ОСД), этапные комплексные обследования (далее - ЭКО), текущие обследования (далее - ТО), углубленные медицинские обследования (далее - УМО)

Таблица 81 - Календарный план мероприятий научно-методического обеспечения спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

Год	Месяц											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Мероприятия НМО, <i>каждое из которых сопровождается биохимическими обследованиями</i>											
2025	ЭКО	ТО-1	ТО	ТО, ОСД	ЭКО	ТО-1, ОСД	ТО, ОСД	-	ТО	ТО-1	ТО, ОСД	ТО, ОСД
2026	ЭКО	ТО-1	ТО	ТО, ОСД	ЭКО	ТО-1, ОСД	ТО, ОСД	-	ТО	ТО-1	ТО, ОСД	ТО, ОСД
2027	ЭКО	ТО-1	ТО	ТО, ОСД	ЭКО	ТО-1, ОСД	ТО, ОСД	-	ТО	ТО-1	ТО, ОСД	ТО, ОСД
2028	ЭКО	ТО-1	ТО	ТО, ОСД	ЭКО	ТО-1, ОСД	ТО, ОСД	-	ТО	ТО-1	ТО, ОСД	ТО, ОСД

### 7.5.4. Задачи проведения ОСД, ТО, ЭКО, УМО, общие и специфические для плавания показатели ОСД, ТО, ЭКО, УМО (по этапам годичного цикла подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации)

#### Задачи проведения ОСД

1. Оценка и анализ технико-тактического прохождения соревновательной дистанции.

#### Задачи проведения ТО

1. Оценить срочный эффект от выполненной тренировочной нагрузки.
2. Фиксация, оценка и анализ выполнения тренировочных нагрузок.

3. Определение уровня силовой подготовленности в условиях суши и водной среды.

4. Оценка напряжения регуляторных систем.

5. Оценка и анализ основных гидродинамических характеристик техники плавания.

6. Оценка функционального состояния и скорости плавания в различных зонах энергообеспечения.

#### **Задачи проведения ЭКО**

1. Оценка долгосрочного эффекта от выполненной тренировочной нагрузки.

2. Фиксация, оценка и анализ выполнения тренировочных нагрузок.

3. Измерения антропометрических и морфометрических показателей.

4. Определение функционального состояния и оценка переносимости нагрузки.

5. Оценка психоэмоционального состояния.

6. Оценка напряжения регуляторных систем.

7. Оценка и анализ основных гидродинамических характеристик техники плавания.

#### **Задачи проведения УМО**

1. Оценка адекватности нагрузки на организм спортсмена.

2. Оценка соответствия нагрузки функциональным возможностям организма спортсмена.

3. Оценка правильности режима применения нагрузок.

4. Оценка морфологических и функциональных отклонений.

### **Общие и специфические показатели ОСД, ТО и ЭКО**

#### **Общие показатели ОСД, ТО и ЭКО**

##### **Общие показатели ТО**

1. Частота сердечных сокращений (ЧСС).

2. Индекс напряжения (ИН).

3. Суммарная мощность спектральных волн (ТР).

4. Вариационный размах (MxDMn).

5. Показатели регуляторных процессов ПАПР и ПАРС.

##### **Общие показатели ЭКО и УМО**

1. Длина тела.

2. Масса тела.

3. Жировой компонент.

4. Мышечный компонент.

5. Дыхательный коэффициент (ДК).

6. Легочная вентиляция (VE).

7. Максимальное потребление кислорода (МПК, VO<sub>2</sub>, VO<sub>2</sub>/кг).

8. Частота сердечных сокращений (ЧСС).

9. Уровень саморегуляции психических состояний и самоконтроля.

10. Уровень волевой мобилизации.

11. Уровень притязаний и самооценка.

12. Индекс напряжения (ИН).
13. Суммарная мощность спектральных волн (TP).
14. Вариационный размах (MxDMn).
15. Показатели регуляторных процессов ПАПР и ПАРС.

### **Специфические показатели ОСД, ТО и ЭКО**

#### **Показатели техники плавания, оцениваемые при ОСД**

##### **1. Кинематические показатели преодоления отдельных участков дистанции:**

- время реакции на старте;
- темп гребков;
- длина плавательного цикла;
- средняя скорость плавания;
- время выполнения поворота.

##### **2. Специфические показатели гидродинамического статуса пловца:**

- максимальная скорость плавания;
- активное гидродинамическое сопротивление;
- безразмерный коэффициент гидродинамической силы;
- тотальная внешняя механическая мощность;
- коэффициент соотношения сопротивление-мощность.

Основное внимание уделяется двум показателям -  $P_{to}$  (тотальная внешняя механическая мощность) и  $Fr(ad)$  (активное гидродинамическое сопротивление). Вместе с тем, нами был введен и рассчитывается еще один показатель, который интегративно отражает соотношение сопротивления и мощности при плавании. Основанием и побудительным мотивом для введения этого показателя послужило следующее обстоятельство. В настоящее время одной из методологических основ тренировки пловцов сборных команд России является планомерное наращивание мощности двигателей и параллельное снижение активного гидродинамического сопротивления.

Осуществление этого подхода может быть обеспечено только при сбалансированном увеличении мощности при одновременном уменьшении сопротивления при плавании. Это вполне осуществимо на том основании, что скорость плавания может увеличиваться не при максимальных, а при «оптимальных» величинах усилий пловца. Достижение большей скорости плавания возможно именно при оптимальных параметрах величины прилагаемого усилия и траекторий движения, что закономерно приводит к значительному уменьшению гидродинамического сопротивления.

Исходя из этого, был разработан новый показатель, который представляет собой сумму двух характеристик -  $P_{to}$  (тотальной внешней механической мощности) и  $Fr(ad)$  (активного гидродинамического сопротивления), который мы определили как КСМ (коэффициент соотношения сопротивление-мощность) и который можно рассматривать как показатель оптимальности соотношения уровня мощности двигателей пловца и гидродинамического сопротивления при плавании.



Так как эти показатели имеют различную размерность и разную направленность влияния на скорость плавания, то производилась их предварительная нормализация при помощи шкалы выбранных точек, с тем, чтобы их можно было сравнивать и равнозначно оценивать. При этом величина активного гидродинамического сопротивления в расчетах использовалась в виде обратного значения, а величина тотальной внешней механической мощности удваивалась ввиду первичности значения этого параметра для скорости плавания.

В конечном виде показатель КСМ рассчитывается по формуле:

$$\text{КСМ} = [1 - (C / 180)] + [(M / 280) \cdot 2]$$

где

$C$  – величина активного гидродинамического сопротивления ( $Fr(ad)$ ),

$M$  – величина тотальной внешней механической мощности ( $P_{to}$ ).

Таким образом, если активное гидродинамическое сопротивление при плавании уменьшается, растет скорость плавания, а показатель КСМ увеличивается. В случае если увеличивается мощность, скорость также возрастает, увеличивается и показатель КСМ. Естественно, что в случае одновременного снижения сопротивления и увеличения мощности увеличивается и показатель КСМ.

Сравнительный анализ корреляционной взаимосвязи показателей мощности ( $P_{to}$ ) и КСМ с уровнем спортивной результативности показал, что в большинстве случаев показатель эффективности соотношения мощности пловца и гидродинамического сопротивления при плавании (КСМ) более тесно связан со спортивным результатом, чем показатель собственно мощности, и тем более чем показатель гидродинамического сопротивления при плавании.

#### **Специфические показатели силовых возможностей.**

1. СТС – сила тяги на суше.
2. СТВР – сила тяги в воде на руках.
3. СТВН – сила тяги в воде на ногах.
4. СТВК – сила тяги в воде в координации.
5. КК – коэффициент координации.
6. КИС – коэффициент использования силы.

#### **Показатели специальной подготовленности в разных зонах энергообеспечения.**

1. Время проплывания тестовых заданий.
2. Результат теста в очках WA.
3. Оценка в баллах по критериальным шкалам.

Специальная физическая и функциональная подготовленность пловцов оценивается по результатам выполнения тестирующих плавательных нагрузок (тестов), отражающих уровень работоспособности в разных зонах энергообеспечения. При формировании этих тестов в обязательном порядке учитывались дистанционная специализация и период большого тренировочного цикла (БТЦ) и соответственно задачи, решаемые в эти периоды (таблица 82).

Таблица 82 - Плавательные тесты для высококвалифицированных пловцов различной дистанционной специализации в разных зонах энергообеспечения

Показатель, пульсовая зона, способ плавания	Неделя большого цикла	Спринтер		Средневик и стайер	
		тест	режим	тест	режим, пауза
ПАО-I (ЧСС =18-20 за 10 с) (кроль на груди)	I-III	30 x 100 м	R=1'50"	3 x 1500 м	60"
ПАО-II (ЧСС =21-22 за 10 с) (кроль на груди)	I-III	30 x 100 м	R=1'50"	3 x 1500 м	40"
ПАО-III (ЧСС=23-24 за 10 с) (кроль на груди)	IV-VI	30 x 100 м	R=1'50"	3 x 1500 м	30"
ПАНО-I (ЧСС =25-26 за 10 с) (основной способ) (дельфинисты, кролем)	IV-VI	30 x 100 м	R=1'50"	2 x 1500 м	30"
ПАНО-II (ЧСС =27-28 за 10 с) (основной способ) дельфинисты, кролем)	VII	16 x 100 м	R=1'50"	8 x 200 м	R=2'50"
МПК (ЧСС =29-30 за 10 с) (основной способ)	VIII	16 x 50 м	R=1'00"	8 x 100 м	R=2'00"
ИТ (ЧСС =32 за 10с) (основной способ)	IX	12 x 50 м	R=1'50"	6 x 100 м	20"
ПТ (ЧСС =32 за 10с) (основной способ)	IX	3 x 50 м	R=5'00"	2 x 100 м	R=8'00"

Определение аэробной производительности организма пловцов на уровне ПАО-I (PS=18-20) и ПАО-II (PS=20-22) осуществляется в первые три недели большого тренировочного цикла (при трехцикловом планировании тренировочной работы в году).

Уровень подготовленности пловцов в зонах ПАО-III (PS=23-24) и ПАНО-I (PS=25-26) определяются на четвертой, пятой и шестой неделях, а в зоне ПАНО-II (PS=27-28) – на седьмой неделе большого тренировочного цикла (БТЦ).

Максимальная аэробная производительность в зоне максимального потребления кислорода (МПК) тестируется на восьмой неделе БТЦ.

Гликолитические анаэробные возможности организма оценивались в интервальном тесте, а анаэробные алактатные возможности тестируются в повторном тесте на девятой неделе БТЦ.

Тесты в пульсовых зонах ПАО-I, ПАО-II и ПАО-III выполняются всеми

спортсменами вольным стилем.

Тесты в более высоких пульсовых зонах выполняются пловцами основным способом, за исключением тестов в зонах ПАНО-I и ПАНО-II, где пловцы, специализирующиеся в дельфине, плывут вольным стилем.

При этом учитывается, что тестирование и характер тестов должен отражать и соответствовать задачам и характеру выполняемой тренировочной работы на определенном этапе большого тренировочного цикла.

Основное условие, которое в обязательном порядке соблюдается при тестировании, состоит в том, чтобы пловцы выполняли тестирующие нагрузки строго в обозначенном пульсовом диапазоне и строго в заданном режиме. Это позволяет при оценке результатов тестов ориентироваться собственно на время выполнения теста (оценивается среднее время проплывания отрезков в тесте). Для удобства обработки, оценки и сравнения результатов тестов, выполняемых пловцами разными способами плавания, среднее время проплывания тестирующих отрезков выражается в очках WA.

### **7.5.5. Планирование подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации к предстоящим Играм (на четырехлетие и по этапам годичного цикла), включая планируемые сроки проведения ЭЖО, ТО, ОСД, УМО**

Обеспечение подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию к предстоящим Играм является одной из приоритетных задач деятельности Всероссийской федерации плавания. Все этапы планирования этой работы осуществляется под непосредственным контролем руководства ФВВСП.

В сборной команде России по плаванию уже на протяжении нескольких олимпийских циклов осуществляется планирование подготовки в виде трех больших тренировочных циклов (БТЦ) в течение тренировочного сезона (табл. 83).

Такое стандартное планирование обуславливает обязательную индивидуализацию основных параметров тренировочной нагрузки на основании ряда энергетических и биомеханических критериев специальной подготовленности спортсменов.

Таблица 83 - Планирование годичных циклов в период подготовки к соревнованиям Игр Олимпиады.

2025-2028 гг.	Тренировочный сезон каждого из четырех лет в олимпийском цикле подготовки к Играм 2028 года			
Название цикла	Зимний большой тренировочный цикл	Весенний большой тренировочный цикл	Летний большой тренировочный цикл	Переходный период (восстановительный цикл)
Начало и	Начало - сен-	Начало - ян-	Начало - сере-	В течение авгу-

окончание цикла	тябрь, окончание – конец декабря	варь, окончание – середина апреля	дина апреля, окончание – конец июля или середина августа	ста или с 15 августа по 10 сентября
-----------------	----------------------------------	-----------------------------------	--	-------------------------------------

Каждый из указанных больших тренировочных циклов включает в себя подготовительный, аэробно-силовой, специальный периоды подготовки и фазу «сужения» тренировочной нагрузки и соревновательный период.

Основу планирования составляет календарь спортивных мероприятий. Всё планирование производится от основного старта. При этом каждый цикл, который равняется 12 неделям, разбивается на 4 мезоцикла по 3 недели (21 день).

В том случае, если основным стартом является чемпионат России, за 21 день до старта производится отбор на соревнования. За 42 дня осуществляется «спуск с гор» и отбор на зоне, за 63 дня проводятся областные соревнования, за 84 – городские.

В том случае, когда основным стартом является чемпионат Европы и чемпионат мира в 25-метровом бассейне, за 21 день проводится отбор на эти соревнования на чемпионате России, за 42 дня проводятся соревнования на Зоне, за 63 дня – областные, а за 84 – городские соревнования.

На основании стратегического плана подготовки, главным тренером команды разрабатывается календарный план мероприятий на текущий тренировочный сезон (включающий централизованную подготовку и подготовку на местах), который согласуется с личными тренерами.

В дополнении к этому, в строгом соответствии с планом спортивной подготовки сборной команды осуществляется планирование проведения мероприятий ЭКО, ТО, ОСД и УМО.

В таблице 84 представлен ежегодный календарный план мероприятий научно-методического обеспечения сборной команды России по плаванию в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

Таблица 84 – Ежегодный календарный план мероприятий научно-методического обеспечения спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

Год	Месяц											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Мероприятия НМО, <i>каждое из которых сопровождается биохимическими обследованиями</i>											
2025	ЭКО	ТО-1	ТО	ТО, ОСД	ЭКО	ТО-1, ОСД	ТО, ОСД	-	ТО	ТО-1	ТО, ОСД	ТО, ОСД
2026	ЭКО	ТО-1	ТО	ТО, ОСД	ЭКО	ТО-1, ОСД	ТО, ОСД	-	ТО	ТО-1	ТО, ОСД	ТО, ОСД

2027	ЭКО	ТО-1	ТО	ТО, ОСД	ЭКО	ТО-1, ОСД	ТО, ОСД	-	ТО	ТО-1	ТО, ОСД	ТО, ОСД
2028	ЭКО	ТО-1	ТО	ТО, ОСД	ЭКО	ТО-1, ОСД	ТО, ОСД	-	ТО	ТО-1	ТО, ОСД	ТО, ОСД

В таблице 85 представлено распределение обследований сборной команды Российской Федерации в рамках проведения ОСД, ТО и ЭКО на различных этапах годового цикла подготовки.

Таблица 85 – План проведения ОСД, ТО и ЭКО по этапам годового цикла подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации

№	Спортивное мероприятие	Сроки проведения	Вид мероприятия				
			ЭКО, (чел.)	ЭКО биохимия, (чел.)	ТО, (чел.)	ТО биохимия, (чел.)	ОСД, (чел.)
1	ТМ	январь			15	15	
2	ТМ	февраль			15	15	
3	ТМ	март			15	15	
4	<b>ПФО</b>	март					
5	ТМ	апрель			15	15	
6	<b>ЧР</b>	апрель					20
7	ТМ	май	10	10	15	15	
8	ТМ	июнь			15	15	
9	ТМ	июль			15	15	
10	<b>КР</b>	август					20
11	ТМ	сентябрь			15	15	20
12	ТМ	октябрь	10	10	15	15	
14	ТМ	ноябрь			15	15	
15	<b>ЧР</b>	ноябрь					20

Примечание: ТМ – тренировочное мероприятие, ЧР – чемпионат России, ПФО – первенство федерального округа, ЧМ – чемпионат мира, ЧЕ – чемпионат Европы, КМ – кубок мира

В таблице 86 представлен календарный план проведения УМО спортсменов сборной команды Российской Федерации предстоящем олимпийском цикле.

Таблица 86 - Календарный план углубленных медицинских обследований спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

Год	Месяц											
	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	декабрь

<i>Мероприятия УМО</i>												
2025				УМО							УМО	
2026				УМО							УМО	
2027				УМО							УМО	
2028				УМО								

### **7.5.6. Прогноз динамики состояния подготовленности спортсменов спортивной сборной команды Российской Федерации в период подготовки к предстоящим Играм (по этапам годичного цикла)**

ФВВСР на протяжении ряда лет реализует программу подготовки дальнего и ближнего резерва сборной команды страны, на которой основывается вся стратегия формирования основного состава национальной сборной команды России. Опыт работы в течение двух предыдущих Олимпийских циклов показал, что команда будет успешной только при сбалансированном её составе, состоящем из трех возрастных групп:

- первая возрастная группа: спортсмены и спортсменки 28 лет и старше, занимающие в мировом рейтинге 1-5 места. Благодаря опыту и стабильности от этих спортсменов можно ожидать высокого результата.

- вторая возрастная группа: спортсмены 23-25 лет и спортсменки 20-24 лет, входящие в десятку мирового рейтинга, имеющие стабильный результат и при минимальном прогрессе способные бороться за медали в личных номерах программы.

- третья возрастная группа: спортсмены в возрасте 17-22 года и спортсменки 15-19 лет, способные добиться значительного прогресса в Олимпийский год, и в силу возрастных особенностей при надлежащей дисциплине способны прогрессировать наиболее динамично.

Практика показала очевидность и необходимость ротации состава сборной в пределах 25-30% при условии выполнения следующих задач:

1. Обеспечение прогресса спортсменов третьей возрастной группы, которые в период активного биологического созревания и сопутствующего ему роста физических и функциональных кондиций, должны войти в элиту мирового плавания.

2. Сохранение притока перспективных пловцов в основную команду страны за счет эффективного функционирования «вертикали» подготовки молодежи и выхода их на более высокий, мировой уровень, и как следствие обеспечение конкуренции во всех составах сборной команды Российской Федерации.

3. Обеспечение бесперебойной подготовки пловцов всех сборных команд страны на базе Министерства спорта Российской Федерации «Озеро

Круглое» в Подмоскowie и на учебно-тренировочной базе ФВВСП «Искра» в Волгограде.

В процессе многолетней спортивной тренировки пловцов крайне важно ориентироваться как на конечный спортивный результат, так и на промежуточные, этапные результаты. В этом плане весьма важно представлять себе эти промежуточные ориентиры, которые, в своей последовательности, следует рассматривать как определенную «нормативную траекторию» подготовки пловцов к достижению рекордных результатов.

Эффективный мониторинг результативности юных пловцов, определение динамики роста их спортивного мастерства должны опираться на определенную нормативную базу. Это позволит точно отслеживать динамику повышения специальной подготовленности спортсменов, выраженной в интегративном показателе – спортивном результате, и обеспечит, при необходимости, внесение корректив в структуру тренировочной работы.

В качестве такой нормативной основы, позволяющей оценить рост спортивной результативности пловцов, мы предлагаем использовать разработанную нами и успешно применяемую возрастную шкалу результативности.

В таблицах 87 и 88 представлены значения нормативных ориентиров (по спортивному результату, выраженному в очках WA), подготовки пловцов к достижению рекордных результатов и допустимые минимальные значения у девочек-девушек и мальчиков-юношей соответственно.

Таблица 87 - Нормативные ориентиры (спортивный результат, очки WA) подготовки пловцов к достижению рекордных результатов и допустимые минимальные значения у девочек-девушек

Возраст, лет	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Очки WA, Основной норматив	300	440	540	630	710	780	840	880	910
Очки WA, min	285	418	513	599	639	702	756	836	865

Таблица 88 - Нормативные ориентиры (спортивный результат, очки WA) подготовки пловцов к достижению рекордных результатов и допустимые минимальные значения у мальчиков-юношей

Возраст, лет	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Очки WA, Основной норматив	300	440	540	630	710	780	840	880	910
Очки WA, min	285	418	513	599	675	741	756	792	865

В приведенных таблицах представлена возрастная динамика нормативов результативности, которые должны демонстрировать пловцы, в перспективе претендующие на рекордные результаты. Эти нормативные ориентиры были определены на основе анализа многолетней динамики результативно-

сти целого ряда элитных пловцов, которые показывали рекордные результаты, становились чемпионами Европы, мира и Олимпийских игр.

Используя приведенные нормативы, имеется возможность оценить динамику роста специальной физической работоспособности и собственно спортивной результативности. Как показала практика, только те пловцы, которые демонстрируют «нормативную» возрастную результативность, способны в перспективе выйти на рекордные результаты.

При этом важно учитывать, что выход на «нормативную траекторию» и удерживание результата на ней, вплоть до наступления и во время периода полового созревания, должен обеспечиваться за счет экстенсивной аэробной тренировочной работы. Только в этом случае будет создаваться функциональная база для дальнейшего прогресса после 15-16-летнего возраста, уже и за счет применения анаэробных нагрузок. В противном случае преждевременная объемная анаэробная работа, хотя и позволит на какое-то время выйти на «нормативную траекторию», в дальнейшем, уже к 17-18 годам, приведет к прекращению роста результативности пловца.

Следует отметить, что в реальных условиях в отдельные возрастные периоды вполне допустимы определенные отклонения показываемого спортивного результата от «нормативной траектории» (не более чем на 5-10%). Это может быть обусловлено неравномерностью процессов индивидуального физического развития вплоть до 15-16 лет у девушек, и до 16-17 лет – у юношей.

Оценка результативности осуществляется посредством выражения реально демонстрируемого спортивного результата в определенном возрасте в % от основного норматива.

Демонстрация результата равного 95% и больше от норматива свидетельствует о перспективности конкретного спортсмена в плане достижения рекордных результатов и об оптимальности динамики его подготовленности.

Результат равный 95% от норматива и меньше, указывает на определенные проблемы в подготовке (при условии соответствия всех параметров пловца модельным характеристикам) и является сигналом для тщательного анализа структуры и содержания тренировочного процесса.

Возрастные нормативы (основные) результативности, представленные в табл. 87 и 88, разработаны для пловцов обоих полов с нормальным темпом физического развития.

Приведенные в этих таблицах допустимые минимальные значения возрастных нормативов снижены на 5% от основного норматива во всем возрастном диапазоне и ориентированы на оценку результативности пловцов с запаздыванием физического развития.

Исключение составляют возрастные периоды с 13 до 15 лет у девочек и с 15 до 16 лет у мальчиков. В эти временные промежутки минимальные значения нормативов снижены на 10% от основного норматива, что обусловлено наступлением в это время периода полового созревания и ввиду этого ещё большим различием в физических и функциональных возможностях пловцов с опережающим и отстающим темпом физического развития.



Для оценки динамики результативности пловцов с нормальным и опережающим темпами физического развития используются основные нормативы (верхние границы результативности не устанавливаются), а при оценке результативности пловцов с запаздывающим темпом физического развития руководствуются допустимыми минимальными значениями возрастных нормативов, представленными в таблицах 87 и 88.

Таким образом, использование в процессе подготовки пловцов технологии сопоставления демонстрируемых спортивных результатов с «нормативной траекторией» подготовки элитных пловцов позволяет оперативно оценивать эффективность тренировочной работы, прогнозировать перспективность спортсмена. Этот инструмент контроля и оценки подготовленности может быть использован и в процессе тренировки и при отборе и селекции пловцов.

Разработанная нами методика мониторинга динамики спортивной результативности позволяет с достаточной уверенностью составить прогноз динамики состояния подготовленности спортсменов спортивной сборной команды Российской Федерации в период подготовки к предстоящим Играм.

По итогам текущего 2024 года, сравнивая лучшие результаты российских пловцов на чемпионате России и финале Кубка России с результатами победителей и призеров чемпионата Европы 2024, чемпионата мира 2024, Олимпиады 2024 мы получали потенциально 18 золотых, 10 серебряных и 9 бронзовых на чемпионате Европы; 8 золотых, 4 серебряных и 4 бронзовых на чемпионате мира, также 2 золотые, 2 серебряные и 1 бронзовую на Олимпиаде-2024. При этом мы не учитываем эстафеты, в которых всегда успешно выступали российские пловцы. Данные результаты позволили бы занять 1 общекомандное место на чемпионате мира.

В таблицах 89 - 90 приведены план-прогнозы спортивных достижений спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

Таблица 89 - план-прогноз спортивных достижений спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

Число спортсменов в 10-ке сильнейших мира	Золото	Серебро	Бронза	Всего
<i>Чемпионат мира 2025</i>				
13-17	3	4	7	14
<i>Чемпионат Европы 2026</i>				
18-25	4	5	7	16
<i>Чемпионат мира 2027</i>				
25-30	4	5	8	17

<i>Олимпийские игры 2028</i>				
25-30	3	3	3	9

Таблица 90 - План-прогноз спортивных достижений сборной команды Российской Федерации по плаванию (юниорский состав) в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

Соревнования	Год проведения	Год рождения		Общее кол-во медалей
		юноши	Девушки	
Первенство мира	2025	2007-2010	2008-2011	12-15
Первенство Европы	2025	2007-2010	2008-2011	15-18
Европейский фестиваль	2025	2009-2010	2010-2011	13-15
Юношеские ОИ	2026	2008-2011	2008-2011	12-15
Первенство Европы	2026	2008-2011	2009-2012	15-18
Первенство Европы	2027	2009-2012	2010-2013	15-18
Европейский фестиваль	2027	2011-2012	2012-2013	13-15
Первенство Мира	2027	2009-2012	2010-2013	12-15
Первенство Европы	2028	2010-2013	2011-2014	15-18
Олимпийские Игры	2028	При условии выполнения критериев отбора		16

Таблица 91 - План-прогноз динамики продвижения резервного состава сборной команды России (потенциальных участников ОИ 2024, 2028 гг.) в мировом рейтинге 2025-2028 гг.

Год	Пол	Год рождения	Место в мировом рейтинге	Планируемые ОИ
2025	юниоры	2007-2010	1-25	2028 г.
	юниорки	2008-2011		
2026	юниоры	2008-2011	1-25	2028 г.
	юниорки	2009-2012		
2027	юниоры	2009-2012	1-25	2028, 2032 гг.
	юниорки	2010-2013	1-16	
2028	юниоры	2010-2013	1-16	2028, 2032 гг.
	юниорки	2011-2014	1-10	

Необходимо отметить, что для успешного выступления на Играх Олимпиады состав сборной команды России должен иметь 30 спортсменов имеющих спортивный результат на уровне 900 очков по таблице WA и выше. Претенденты на призовые места должны демонстрировать результата на уровне 950 очков по таблице WA и выше.

Пловцы юноши только тогда могут быть отнесены к категории перспективных, когда демонстрируют спортивный результат равный 90% и выше от соответствующего возрастного показателя «нормативной траектории».

#### **7.5.7. План мероприятий медицинского и медико-биологического обеспечения спортивной сборной команды Российской Федерации**

Медико-биологическое и медицинское обеспечение подготовки основного и резервного составов спортивной сборной команды представляет собой комплекс мероприятий, направленных на повышение эффективности подготовки, социальной защищенности, сохранение здоровья спортсменов национальной сборной России по плаванию.

Углубленное медицинское обследование (УМО) спортсменов национальной сборной России по плаванию является основной формой медицинского обеспечения, и проводится в соответствии с разделом 4 «Порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий», утвержденного Приказом № 613-н Минздравсоцразвития России от 09.08.2010.

Согласно пунктам 28, 29 Приказа №613-н углубленное медицинское обследование (УМО) спортсменов сборной России по плаванию осуществляется в медицинских организациях с целью получения наиболее полной и всесторонней информации о физическом развитии, состоянии здоровья, функциональном состоянии организма спортсмена и показателях его физической работоспособности. По результатам УМО оценивается адекватность нагрузки на организм спортсмена, ее соответствие функциональным возможностям организма спортсмена, правильность режима применения нагрузок с целью допуска спортсмена к участию в тренировочном процессе и официальных спортивных соревнованиях.

УМО проводится два раза в год по программе, согласованной с Федеральным медико-биологическим агентством (табл. 92). Оно состоит из основной программы, проводимой по медицинским показаниям спортсмена, дополнительных исследований и консультаций специалистов сверх основной программы, а также лабораторной программы.

Решение о допуске к тренировочным занятиям принимается на основании обследования спортсмена при условии отсутствия морфологических и функциональных отклонений, влекущих при увеличении интенсивности процессов основного обмена веществ жизненно опасные нарушения функций организма или морфологические отклонения от нормы.

Таблица 92 - Календарный план углубленных медицинских обследований спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

Год	Месяц											
	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	декабрь
	<i>Мероприятия УМО</i>											
2025				УМО							УМО	
2026				УМО							УМО	
2027				УМО							УМО	
2028				УМО								

Первые два года олимпийского цикла (2025 – 2026 гг.) характеризуются селекцией и отбором большого количества спортсменов. Это определяет необходимость привлечения к ТМ большего числа спортсменов. На эти годы запланировано проведение УМО у 190 членам сборной команды Российской Федерации по плаванию за полугодие. Такой подход позволит охватить УМО всех потенциальных членов олимпийской сборной по плаванию в 2028 году, оценить динамику их состояния здоровья и способности переносить интенсивные физические и психоэмоциональные нагрузки. Это, также позволит, сохранить преемственность медико-биологического сопровождения всех потенциальных членов олимпийской сборной во время всего олимпийского цикла.

В 2027 – 2028 гг. предусматривается проведение УМО 120 членам сборной команды Российской Федерации по плаванию. Это обусловлено окончанием селекционного периода (определением круга кандидатов на участие в Играх Олимпиады 2028 года).

Во втором полугодии 2028 года запланировано проведение УМО у 170 членов сборной, что обусловлено началом нового олимпийского цикла.

Проведение УМО планируется проводить во время ТМ. Для тех спортсменов, которые тренируются по индивидуальному плану, УМО планируется проводить перед официальными спортивными соревнованиями.

Таблица 93 - Программа текущего врачебного контроля спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию (в условиях ТМ)

Вид программы	Показатели	Методы
---------------	------------	--------

Текущие обследования	Анатомо-морфологические (рост, вес, активное и реактивное сопротивление, фазовый угол, основной и удельный обмен, индекс массы тела, жировая масса (кг), тощая масса (кг), активная клеточная масса (кг), доля активной клеточной массы (%), скелетно-мышечная масса (кг), доля скелетно-мышечной массы (%), общая жидкость (кг), классификация по проценту жировой массы).	Аппаратно-программный комплекс «МЕДАСС», весы, ростомер.
	Комплексная оценка важнейших функциональных показателей. Объем и характер внешнего дыхания	«Симона», Спирометр CareFusion – оценка функции внешнего дыхания
	До и после этапной нагрузки биохимические: лактат, глюкоза, миоглобин; гематологические: лейкоциты, эритроциты, тромбоциты, гемоглобин, гематокрит.	Количественная оценка метаболической цены тренировочных нагрузок
	Оценка изменений биоэлектрической активности сердечной мышцы	ЭКГ (Шиллер) - электрокардиография
	Утром на голодный желудок биохимические: креатинкиназа, аланинтрансфераза, аспартаттрансфераза, мочевины, кортизол, тестостерон, соматотропный гормон, молочная кислота, глюкоза.	Количественная оценка метаболической цены восстановления
	До и после этапной нагрузки оценка состояния эндокринной (щитовидная железа, поджелудочная железа, кора надпочечников) и иммунной систем (клеточный и гуморальный иммунитет), а также уровень активности центральной нервной системы и нервно-мышечной передачи	«Адаптолог» - экспресс оценка функциональных резервов организма спортсменов
Текущие обследования в условиях среднегорья	Морфо-анатомические (см. выше)	Аппаратно-программный комплекс «МЕДАСС»
	Оценка изменений биоэлектрической	ЭКГ (Шиллер)

	активности сердечной мышцы	- электрокардиография
	Оценка насыщения кислородом крови Частота пульса	Пульсоксиметрия
	До и после этапной нагрузки биохимические: лактат, глюкоза, миоглобин; гематологические: лейкоциты, эритроциты, тромбоциты, гемоглобин, гематокрит.	Количественная оценка метаболической цены тренировочных нагрузок
	Утром на голодный желудок биохимические: креатинкиназа, аланинтрансфераза, аспартаттрансфераза, мочевины, кортизол, тестостерон, соматотропный гормон, молочная кислота, глюкоза.	Количественная оценка метаболической цены восстановления
	До и после этапной нагрузки оценка состояния эндокринной (щитовидная железа, поджелудочная железа, кора надпочечников) и иммунной систем (клеточный и гуморальный иммунитет), а также уровень активности центральной нервной системы и нервно-мышечной передачи	«Адаптолог» - экспресс оценка функциональных резервов организма спортсменов
Обследования соревновательной деятельности	До и после выступления биохимические: лактат, глюкоза, миоглобин, креатинкиназа, креатинин; гематологические: лейкоциты, эритроциты, тромбоциты, гемоглобин, гематокрит.	Количественная оценка метаболической цены соревновательных нагрузок
	До и после этапной нагрузки оценка состояние эндокринной (щитовидная железа, поджелудочная железа, кора надпочечников) и иммунной систем (клеточный и гуморальный иммунитет), а также уровень активности центральной нервной системы и нервно-мышечной передачи	«Адаптолог» - экспресс оценка функциональных резервов организма спортсменов

Психологическое и психофизиологическое обеспечение подготовки сборной команды России по плаванию предусматривает изучение личности спортсмена, его характера, темперамента, интеллекта, эмоциональных, волевых, моральных, коммуникативных и других особенностей (опросник Тест Кеттелла 16 PF (Форма А), диагностику уровня развития индивидуальной саморегуляции и ее индивидуального профиля, включающего показатели планирования, моделирования, программирования,

оценки результатов, а также показатели развития регуляторно-личностных свойств - гибкости и самостоятельности, самооценку текущего состояния спортсменов (модифицированный вариант шкалы интервальной оценки методики «градусник» Ю.Я. Киселева), определение психического выгорания (методика «Athlete Burnout Questionnaire», которая позволяет выявить 3 показателя психического выгорания: уменьшение чувства достижения, эмоциональное / физическое истощение, обесценивание достижений), диагностику тревожности спортсмена).

Кроме того, предусматривается оценка психофизиологического статуса организма спортсменов по времени двигательной реакции, силе и лабильности нервной системы, объективная оценка стресс устойчивости (табл. 94).

Таблица 94 - Модельные характеристики психологической подготовленности спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в годичном цикле тренировок

Показатели	Оптимальные показатели модельных характеристик для каждого этапа	
	Подготовительный этап	Соревновательный этап
Состояние вариационной сенсометрии (по тесту ПЗРМ)	0,240-0,750	0,700-1,00
Уровень функциональных возможностей ЦНС (класс) (по тесту ПЗРМ)	1,50-4,50	4,00-5,00
Уровень напряжения ЦНС (по тесту ПЗРМ)	2,50-5,00	3,00-4,00
Состояние ВНС (по тесту ВКМ)	0,340-0,750	0,700-1,00
Уровень функциональных возможностей ВНС (по тесту ВКМ)	2,50-4,50	4,00-5,00
Уровень напряжения ВНС (класс) (по тесту ВКМ)	3,50-5,00	3,00-4,00
Самочувствие (ПО ТЕСТУ САН)	5,0-10,0	8,0-10,0
Активность (ПО ТЕСТУ САН)	6,0-10,0	7,5-10,0
Настроение (ПО ТЕСТУ САН)	4,0-10,0	5,0-10,0
Суммарное отклонение от аутогенной нормы (по методу цветочных выборов М.Люшера)	8-27	4-12
Коэффициент вегетативного баланса (по методу цветочных выборов М.Люшера)	0,5-1,5	0,9-1,7
Показатель психоэмоционального состоя-	1-5	2-6

ния (уровень тревог и компенсаций) (по методу цветowych выборов М.Люшера)		
---	--	--

Таблица 95 - Целевые индикаторы системы медико-биологического и медицинского обеспечения спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

№	Показатели	2024/2025	2025/2026	2026/2027	2027/2028
1	Охват спортсменов сборной команды мероприятиями МБО и МО, %	90	90	100	100
2	Выполнение календарного плана УМО, %	100	100	100	100
3	Количество спортсменов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, %	7	5	3	3
4	Материально-техническое обеспечение, %	80	90	100	100
5	Кадровое обеспечение, %	85	100	100	100

#### **7.5.8. План мероприятий антидопингового обеспечения спортивной сборной команды Российской Федерации**

Антидопинговая стратегия ФВВСП разработана и реализуется в соответствии с положениями Международной конвенции ЮНЕСКО (о борьбе с допингом в спорте), Всемирного антидопингового агентства WADA, стандартов WA, «РАА «РУСАДА», законодательства Российской Федерации, рекомендациями Министерства спорта РФ и Олимпийского комитета России. Целью Антидопинговой стратегии является создание условий для повышения мотивации и личной ответственности спортсменов, тренеров и специалистов по недопущению случаев использования в тренировочной и соревновательной деятельности препаратов и методов, включенных в «Запрещенный список».

Целевая комплексная программа предусматривает проведение комплекса мероприятий, направленных на предотвращение допинга в плавании, в том числе:

1. Назначение ответственных лиц за антидопинговое обеспечение в командах основного и резервных составов из числа специалистов сборных команд: Ответственное лицо – врач по спортивной медицине. Ответственные за взаимодействие со спортсменами и специалистами в рамках антидопинговой программы – начальники команд.

2. Ознакомление спортсменов, тренеров и специалистов сборной команды с положениями основных действующих антидопинговых документов



(антидопинговые правила, утвержденные соответствующей международной федерацией и переведенные на русский язык, Кодекс ВАДА, Международные стандарты ВАДА, система антидопингового администрирования и менеджмента), в объеме, касающемся этих лиц.

3. Проведение антидопинговой пропаганды среди спортсменов, тренеров и специалистов сборной команды. В период проведения ТМ планируется проведение лекций представителями Всероссийской федерации плавания, ответственными за антидопинговые мероприятия (старшим тренером, врачом). Также в конце макроцикла перед крупными соревнованиями (3 раза в год) планируется проведение семинаров представителями «РАА «РУСАДА» (табл. 89).

4. Проведение семинаров и тестирования на знание антидопинговых правил для тренеров и специалистов, в т.ч. посредством интернета и других ресурсов (e-learning) совместно с «РАА «РУСАДА», используя ее программный продукт.

5. Посредством взаимодействия между ФВВСР, «РАА «РУСАДА» и ФМБА, региональными федерациями, наладить систему обращения спортсменов и тренеров по вопросам антидопинга.

6. Содействие в обеспечении своевременной подачи заявок для получения разрешений на терапевтическое использование спортсменами запрещенных субстанций и/или методов, включенных в Запрещенный список ВАДА. Ответственные лица – врачи по спортивной медицине, начальники команд.

7. Своевременная подача спортсменами, включенными в международный и национальный пул тестирования, информации об их местонахождении. Ответственные лица – врачи по спортивной медицине, начальники команд.

8. Включение в «Регламенты» о чемпионатах, первенствах и Кубке России, других соревнованиях, проводимых под эгидой ФВВСР, пункта о необходимости подачи антидопинговых деклараций, подписанных спортсменами, тренерами и медицинским персоналом, участвующими в этих мероприятиях. Допуск, как к международным соревнованиям, так и Всероссийским, проводимых под эгидой ФВВСР, осуществлять по представлению этих деклараций. Подписание статуса спортсменов о недопущении нарушений антидопингового законодательства.

9. Оказание всестороннего содействия антидопинговым организациям в проведении допинг-контроля и реализации комплекса мер, направленных на борьбу с допингом в спорте.

10. Своевременная подача информации в «РАА «РУСАДА» о проведении централизованных сборов. Ответственные лица – начальники команд.

Таблица 96 - Календарный план антидопинговых информационно-профилактических мероприятий спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию в Олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

год	месяц
-----	-------

	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь
Проводимые мероприятия												
2025	ОКР ОК ИТА ВБ-А ВБ-Б Лекция	ОКР ОК ИТА ВБ-А ВБ-В	ВБ-А ВБ-Б СМ	ВБ-А ВБ-Г Лекция	ВБ-А Статья СМ	ВБ-А ВБ-Б ВБ-В	ВБ-А Лекция СМ	ВБ-А ВБ-В	ВБ-А ВБ-Б ВК	ВБ-А ВБ-В Лекция	ВБ-А ВБ-Г Статья	ВБ-А ВБ-Б ВБ-В СМ
2026	ОКР ОК ИТА ВБ-А ВБ-Б	ОКР ОК ИТА ВБ-А Лекция	ВБ-А ВБ-Б ВБ-В ВК	ВБ-А ВБ-Г Лекция	ВБ-А ВБ-В Статья СМ	ВБ-А ВБ-Б СМ	ВБ-А ВБ-В	ВБ-А ВБ-В Лекция	ВБ-А ВБ-Б СМ	ВБ-А ВБ-В Лекция	ВБ-А ВБ-Г Статья	ВБ-А ВБ-Б ВБ-В
2027	ОКР ОК ИТА ВБ-А ВБ-Б Лекция	ОКР ОК ИТА ВБ-А	ВБ-А ВБ-Б ВБ-В СМ	ВБ-А ВБ-Г Лекция	ВБ-А Статья СМ	ВБ-А ВБ-Б ВБ-В	ВБ-А Лекция СМ	ВБ-А ВБ-В	ВБ-А ВБ-Б СМ	ВБ-А ВБ-В Лекция	ВБ-А ВБ-Г Статья	ВБ-А ВБ-Б ВБ-В
2028	ОКР ОК ИТА ВБ-А ВБ-Б	ОКР ОК ИТА ВБ-А Лекция	ВБ-А ВБ-Б ВК	ВБ-А ВБ-Г Лекция	ВБ-А ВБ-В Статья СМ	ВБ-А ВБ-Б СМ	ВБ-А ВБ-В	ВБ-А ВБ-В Лекция	ВБ-А ВБ-Б ВК	ВБ-А ВБ-В Лекция	ВБ-А ВБ-Г Статья	ВБ-А ВБ-Б ВБ-В СМ

Примечание: ОКР-Онлайн-курс по Антидопингу «РАА «РУСАДА»; ОК ИТА - Он-лайн-курс по Антидопингу ADeL ИТА; ВБ - Вебинары (А.РУСАДА, Б.ИТА, В.ВФП, Г.ЦСП Сборных РФ); Л-Лекции; СМ-Семинары; СТ-Статьи в журнал; ВК-Викторины.

***Мероприятия по предупреждению нарушений антидопинговых правил:***

1. постоянное ведение антидопинговой странички на сайте ФВВСР;
2. на страничке представляется:
  - 2.1. Общая информация:
    - новостная лента, включающая экспресс - информацию по вопросам антидопинга, инфографика, антидопинговая стратегия, контакты ответственных за антидопинговое обеспечение в ФВВСР и контакты специалиста по ан-

тидопинговой работе, также представлен список ответственных за антидопинговую работу в РФП.

- ссылки на сайты: РУСАДА, WADA, World Aquatics.

- система АДАМС, сервис по проверке лекарственных средств и круглосуточный телефон горячей линии «РАА «РУСАДА» для проверки лекарственных средств.

- ссылки на курсы антидопингового образования: ADEL, Онлайн-курс РУСАДА: «Антидопинг» с 12 лет, «Ценности спорта» (7-12 лет), ОКР раздел «Чистый спорт», Минспорт России раздел «Антидопинговое обеспечение», информация о дисквалификации «РАА «РУСАДА».

- в данный раздел включены пулы тестирования, терапевтическое использование, завершение и возобновление карьеры, дисквалификации.

## 2.2. Раздел документы:

- раздел документы, где собраны международные нормативные требования по борьбе с допингом, российская законодательно-нормативная база по борьбе с допингом, инструкции и руководства по реализации международных и российских антидопинговых требований.

## 2.3. Раздел новости

В данном разделе осуществляется публикация всех самых последних новостей, а также предупреждения спортсменов о возможных нарушениях антидопинговых правил и ссылки на различные онлайн-мероприятия.

3. прохождение специалистами ФВВСП курса обучения в «РАА «РУСАДА» по проведению образовательных мероприятий (лекций и вебинаров по антидопинговой программе) среди тренеров, спортсменов и прочих целевых групп.

## 4. проведения образовательных мероприятий в целевых группах:

### Спортсмены:

- Спортсмены спорта высших достижений (основной состав национальной сборной по плаванию);

- Спортсмены высокого уровня (резерв);

- Молодежный состав (19-21/23 года);

- Юниоры (15 – 18 лет);

### Персонал спортсменов:

- Тренеры

- Спортивные врачи;

- Спортивные администраторы

- Общественность/ спортивные фанаты

- Сотрудники региональных федераций плавания.

5. опубликование статей в журнал «Плавание» по антидопинговой тематике.

6. Персональная работа с каждым спортсменом, включенным в международный или национальный пулы тестирования:

- постоянное уведомление спортсменов о включении их в список, подлежащих тестированию во вне соревновательный период;

- постоянный контроль за своевременной подачей спортсменами информации в системе АДАМС;
- консультационная помощь спортсменам и персоналу спортсменов по вопросам антидопингового обеспечения посредством телефонных разговоров и личных встреч (в том числе при проведении соревнований);
- расследование случаев пропуска вне соревновательного допинг тестирования;
- доведение до спортсменов о новых профильных нормативно-правовых документах или сведений об изменениях в действующих;
- при проведении соревнований в соответствии с требованиями Международного стандарта ВАДА по тестированию организация пунктов допинг-контроля;
- в спорных случаях, касающихся вопросов допинга, помощь спортсмену в международном спортивном арбитражном суде.

#### 7. Работа с региональными федерациями плавания:

- работа с РФП, в которых спортсмены нарушали антидопинговые правила (информирование РФП о нарушении со стороны спортсмена, а также разработка мероприятий, направленных на предупреждение нарушения антидопинговых правил, с учетом основных ошибок спортсменов и их персонала);
- составить перечень кандидатов из РФП и направлены их документы в ОКР на обучение по Антидопинговой программе;
- поддерживать связь по телефону и электронной почте с обучающимися на курсе по Антидопинговой программе;
- поддерживать обратную связь с ответственными за Антидопинговую работу в РФП;
- совместно с ОКР 2-3 раза в год организовать очное обучение лиц, ответственных за Антидопинг;
- довести до сведения РФП ссылки на социальные сети VK, Telegram – канал на страницу «РАА «РУСАДА», для получения актуальной информации об Антидопинговых мероприятиях, вебинарах, событиях и новостях;
- организовать участие врачей сборных, персонала спортсменов в вебинарах «РАА «РУСАДА» по Терапевтическому использованию веществ.

#### 8. Контроль за своевременным заполнением системы АДАМС.

Систематически ежеквартально (15 числа последнего месяца квартала) осуществляется контроль за своевременной подачей в систему АДАМС информации о местонахождении спортсменов, включенных в национальный и международный пулы тестирования. Заранее отправляется по электронной почте уведомление спортсменам о необходимости заполнения АДАМС, а вновь прибывшим спортсменам уведомление о включении в пул тестирования, для получения пароля для входа в систему АДАМС и своевременного ее заполнения.

9. Взаимодействие с World Aquatics, Минспортом России, ФМБА России, «РАА «РУСАДА», ОКР по вопросам предотвращения допинга и борьбы с ним.

Постоянное взаимодействие с Международной федерацией плавания, Минспортом России, ФМБА России, «РАА «РУСАДА», ОКР, другими российскими организациями по вопросам предотвращения допинга и борьбы с ним.

#### **7.5.9. Сведения о необходимости разработки и внедрения новых методик подготовки спортивного резерва по плаванию**

В настоящее время весьма актуализируется необходимость разработки новых, современных инструментов контроля подготовленности пловцов на всех этапах многолетней тренировки. В этой связи с 2022 года по настоящее время ФВВСР совместно с ФГБУ ФНЦ ВНИИФК в соответствии с соглашением о научно-методическом сотрудничестве осуществляет выполнение научно-исследовательской работы по теме «Разработка методики дифференцированно-интегративной и оценки функциональной и специальной физической подготовленности пловцов на разных этапах многолетней подготовки», по завершению которой планируется внедрить компьютерную программу, позволяющую существенно расширить контингент наблюдаемых спортсменов и таким образом увеличить базу для подготовки спортивного резерва.

Одной из важнейших проблем в спорте является правильное составление тренировочных планов и программ, а также необходимость оперативного контроля параметров работы спортсменов. Для решения этой проблемы ФГБОУ ВО «Костромской Государственный Университет» предлагает разработать «Универсальную программно-аппаратную платформу для построения, контроля и анализа тренировок пловцов», которая обеспечит повышение качества подготовки спортсменов и оптимизацию работы тренеров за счет автоматизации ряда компонентов управления тренировкой. Разработка и внедрение платформы облегчит труд тренеров по составлению оптимальных тренировочных планов, управлению и контролю тренировок, а также сбору и анализу основных параметров работы спортсменов.

Необходимо разработать и внедрить компьютерную программу «Спортивный дневник». Программа должна быть приложением для различных носителей и обеспечивать мониторинг, сбор и хранение информации о состоянии спортсмена, параметрах выполняемой им тренировочной работы. В настоящее время создается прототип программы.

## 7.6. Условия реализации учебно-тренировочного процесса, в том числе используемые объекты спорта или места подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации

### 7.6.1. План подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации (централизованная подготовка, индивидуальные планы подготовки) к Играм (многолетний план и план по этапам годичного цикла)

К настоящему времени в сборной команде России используется трехцикловая схема годичного планирования подготовки спортсменов.

На рисунке 1 приведена общая план-схема годичного цикла подготовки пловцов при трехцикловом варианте планирования.

Период подготовки					I вариант			II вариант						Главные соревнования	
					Горная подготовка			Горная подготовка							
недели	осень зима	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
		контрольный старт			контрольный старт			контрольный старт							
недели	зима весна	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
недели	весна лето	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Зоны интенсивности		ПАО			ПАНО			ПАНО-2 МПК			Сужение				
Этапы подготовки		Переходный			Подготовительный						Соревновательный				

Рисунок 1 - План-схема годичного цикла подготовки пловцов (трехцикловое планирование)

(ПАО - нагрузки в зоне порога аэробного обмена, ЧСС = 108-144 уд/мин; ПАНО – нагрузки в зоне порога анаэробного обмена, ЧСС = 150-156 уд/мин ПАНО 2 – нагрузки в зоне порога анаэробного обмена, ЧСС = 162-168 уд/мин; МПК – нагрузки в зоне максимального потребления кислорода, ЧСС = 174-180 уд/мин).

Представленная на рисунке 1 план-схема годичного цикла подготовки пловцов сборной команды России является общей для всего четырехлетия подготовки к Играм Олимпиады. Переменными только будут являться объемы тренировочной работы различной направленности.

В таблице 97 представлены параметры тренировочных нагрузок различной направленности для пловцов сборной команды России по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

В данной таблице диапазон объемов тренировочной нагрузки, а также ряд других показателей, указаны в соответствии с дистанционной специализацией спортсменов (спринтеры, средневики, стайеры).

Таблица 97 – Параметры тренировочной нагрузки для спортсменов спортивной сборной команды России по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

Показатели	Годы цикла			
	2024/2025	2025/2026	2026/2027	2027/2028
Объем, км	1600-2000	2000-2400	2100-2800	2100-2800
Аэробная работа (ПАО), км	240-300	200-240	300-360	240-280
Аэробная работа (ПАНО), км	800-1000	1000-1200	1600-1800	1200-1400
Аэробно-анаэробная, анаэробная, специальная выносливость, км	80-100	140-160	100-120	170-190
Скоростная (спринт), км	100-140	100-140	140-160	140-160
Восстановительное плавание, км	300-400	330-350	320-340	340-360
Сила и гибкость на суше, количество занятий	140-150	120-130	140-150	120-130
Мощность на суше и воде, количество занятий	80-100	120-130	80-100	120-130

В целом в сборной команде предусматривается централизованная подготовка. Соответственно предусматривается планирование в рамках централизованной подготовки. Вместе с тем для ведущих спортсменов допускается и индивидуальная форма подготовки с разработкой индивидуальной детализации планов. Индивидуальные планы разрабатываются на основе общего плана подготовки, используемого при централизованной подготовке, с детализацией параметров тренировочной работы для конкретного спортсмена. Эти планы утверждаются главным тренером после одобрения тренерским советом сборной команды.

Пример такого дополнения представлен в таблицах 98 - 102.

**Индивидуальная детализация к годовому плану подготовки спортсмена**

Таблица 98 - Итоговый запланированный результат спортсмена на основных соревнованиях в годовом цикле

Соревнования	Дистанция	Время	Раскладка
ОИ	100 Н/С	51,80	25,0+26,8 сек 27/28 шагов
ОИ	200 Н/С	1.52,0	26,5+28,5+28,5+28,5 сек 25/25/26/27 шагов

Таблица 99 - Планируемый результат спортсмена на основных стартах годового цикла

Соревнования	Дистанция	Время	Раскладка
Чемпионат России (25м)	100 Н/С	48,80	23,6+25,2 сек
	200 Н/С	1.48,0	26,0+27,0+27,5+27,5 сек
Первенство Федерального округа (50м)	100 Н/С	54,00	27,4+26,6 сек/28 шагов
	200 Н/С	1.56,0	29,0+30,0+28,5+28,5 сек //26/27 шагов
Чемпионат России (50м)	100 Н/С	53,30	25,3+27,0сек27/28 шагов
	200 Н/С	1.53,30	26,5+28,8+29,0+29,0 сек 25/26/27/28 шагов

Таблица 100 - Таблица скоростей спортсмена с учетом запланированного результата, индивидуальных особенностей спортсмена и контроля длины шага плавания

Ди- стан- ция	ПАО-I (25/50м)			ПАНО I (25/50м)			ПАНО II (25/50м)			МПК (50м)		
	Время	Шаг	Ре- жим	Время	Шаг	Режим	Вре- мя	Шаг	Ре- жим	Вре- мя	Шаг	Ре- жим
50	32/ 33	5/16	50	29,5/ 30	6/17	50	27/ 28,5	6/18	1,00	27,5	%	
100	1,06/ 1,09	5/16	1,30	1,01/ 1,03	6/17	1,35	56/ 1,00	6/18	1,45	58,0	%	
200	2,16/ 2,22	5/16	2,45	2,04- 2,06/ 2,10- 2,12	6/17	2,50	1,58/ 2,06- 2,08	6/18	3,00/ 3,15	2,02	%	



Таблица 101 - Результаты определения силовых и координационных возможностей спортсмена

Дата	Способ	СТС кг	СТВР кг	СТВН кг	СТВК кг	КИС %	КК %
22.01.2024	Н/С	29	11,8	9,0	18,0	62,0 %	86,5 %
16.07.2024	Н/С	31	12,2	9,8	19,3	64,3 %	87,7 %
16.07.2024	Н/С	30,5	12,8	9,9	20,02	66,2 %	89,0 %

СТС - сила тяги на суше, кг

СТВР - сила тяги в воде на руках, кг

СТВН - сила тяги в воде на ногах, кг

СТВК- сила тяги в воде в координации, кг

КК- коэффициент координации, %

КИС- коэффициент использования силы, %

Таблица 102 - Результаты определения параметров гидродинамики пловцов

Дата	Способ	t30м Fr,c	t30м R,c	Vmax M/C	Активное сопротив- ление Н	СХ, у.е.	Pt0 Вт	КСМ у.е.
22.01.2024	Н/С	17,5	18,84	1,7	71,0	0,246	124,2	1,493
16.07.2024	Н/С	17,05	18,23	1,8	102,3	0,350	180,0	1,717
16.07.2024	Н/С	16,84	18,11	1,8	95,1	0,317	169,5	1,682

t30м Fr,c - время проплывания мерного отрезка 30м без сопротивления. с

t30м R,c - время проплывания мерного отрезка 30м с сопротивлением, с

Vmax M/C- максимальная скорость плавания на мерном отрезке 30м., м/с.

Н - активное сопротивление (Н)

СХ - коэффициент техники, у.е.

Pt0 - тотальная внешняя механическая мощность, Вт.

КСМ - коэффициент соотношения сопротивление-мощность, у.е.

### 7.6.2. Средства повышения работоспособности и восстановления, используемых при подготовке спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию

Плавание относится к циклическому виду спорта, где требуется проявления выносливости и сочетание скоростной выносливости с хорошей координацией движений.

Для плавания необходимо специальное спортивное питание и питье для сохранения водного-солевого состояния, особенно на длинных дистанциях. Энергетический потенциал углеводов (глюкоза, гликоген, эргофосфаты) переключается на липидные энергетические пути и нарастает эффект обезвоживания организма.

Восстановительные мероприятия проводятся после интенсивных физических нагрузок, а также перенесенных травм. Целью таких мероприятий яв-

ляется поддержание и повышение функционального состояния и спортивной формы в любой заданный отрезок времени спортсмена, тренирующегося в соответствии с циклом тренировочного процесса и выступающего на спортивных соревнованиях.

При планировании восстановительных мероприятий у спортсменов обращается внимание на время нормализации биохимических процессов после физической нагрузки (табл. 103), использование специальных продуктов питания спортсменов (СППС) дифференцированно в зависимости от энергетической составляющей метаболизма (табл. 104).

Таблица 103 - Необходимое время для нормализации биохимических процессов

Процесс	Время восстановления
Восстановление O <sub>2</sub> -запасов в организме	10-15 с.
Восстановление алактатных анаэробных резервов в мышцах	2-5 мин.
Оплата алактатного O <sub>2</sub> -долга	3-5 мин.
Устранение молочной кислоты	30-90 мин.
Ресинтез внутримышечных запасов гликогена	12-48 ч.
Восстановление запасов гликогена в печени	12-48 ч.
Усиление индуктивного синтеза ферментных и структурных белков	12-72 ч.

Таблица 104 - Рекомендуемые группы СППС для поддержания физической нагрузки разного энергетического направления метаболизма в плавании

Группа СППС (специальных продуктов питания спортсменов)	Метаболизм				
	ПАО	ПА-НО1	ПА-НО2	МПК	Гликолиз
Витамины и витаминоподобные средства	+	+	+	+	+
Макро- и микроэлементы	+	+	+	+	+
Антигипоксанты и антиоксиданты			+	+	+
Общетонизирующие средства и адаптогены		+	+	+	+
Ноотропы				+	+
Аминокислоты	+	+			+
Углеводы	+	+	+	+	+
Эргогенические и эргодающие средства		+	+	+	+

Анаболические нестероидные средства		+	+		
Корректоры мочевины				+	+
Корректоры лактат-ацидозного состояния					+
Гепатопротекторные и мембраностабилизирующие средства			+	+	+
Регуляторы липидного обмена	+	+			

Примечание: ПАО - порог аэробного обмена;

ПАНО1 - порог анаэробного обмена: лактат (La) 2-3 ммоль/л;

ПАНО2 - порог анаэробного обмена: La 3-5 ммоль/л;

МПК - максимальное потребление кислорода: La 6-8 ммоль/л;

Гликолиз - анаэробный обмен: La 6-18 ммоль/л и более.

Весьма важна определенная стратегия питания в зависимости от периода подготовки в тренировочном цикле (табл. 98).

В подготовительном периоде рекомендуется употреблять продукты питания, которые выступают в качестве:

- стимуляторов процессов аэробного обмена;
- восстановителей;
- антиоксидантов и антигипоксантов;
- адаптогенов.

В соревновательном периоде применяются:

- стимуляторы процессов анаэробного и аэробного обменов;
- продукты поддержания биохимического гомеостаза организма;
- восстановители;
- антиоксиданты и антигипоксанты.

Большое внимание в обоих периодах уделяется специализированному питанию (углеводы, жиры, белки), потреблению витаминов и минералов, а также напитков для поддержания водно-минерального баланса. Несомненно, часть этих макро- и микроэлементов поступает в организм и с обычной пищей. Но восполнение энергии за короткий срок требует употребления пищевых добавок. Ежедневный рацион пловцов также должен включать мультивитаминные комплексы.

Таблица 105 - Рекомендуемые к применению группы специальных продуктов питания спортсменов в плавании на этапах подготовки

Спортивное питание	Этапы подготовки					
	I	II	III	IV	V	O
Витаминно-минеральные комплексы	+	+	+	+		+
Протеины	+	+				+
Аминокислоты		+	+			+
ВСАА		+	+	+		+
Глютамин		+	+	+		+
Продукты пчеловодства	+	+	+	+	+	+
Изотоники (углеводно-минеральные напитки)	+	+	+	+	+	+
Гейнеры (углеводно-белковые смеси)	+	+				
Энергетические напитки				+	+	
Креатин		+	+	+	+	
Предтренировочные комплексы			+	+	+	
Липотропные средства		+	+	+		
Средства для укрепления связок и суставов	+	+	+			+
Общетонизирующие средства и адаптогены	+	+	+	+	+	
Анаболические нестероидные средства		+	+	+		+
Тестостероновые бустеры		+	+	+		
Донаторы оксида азота	+	+	+			

Примечания: этапы подготовки: I – подготовительный (втягивающий); II – базовый; III – специальный; IV – предсоревновательный; V – соревнование; O – восстановление (отдых).

В таблице 106 показано влияние специальных продуктов питания спортсменов на развитие выносливости и силы, рост мышц, контроль веса тела пловцов, а также выраженность антикатаболического действия.

Таблица 106 - Влияние специальных продуктов питания спортсменов на параметры состояния пловцов

Спортивное питание	Параметры				
	Развитие выносливости	Развитие силы	Рост мышц	Контроль веса тела	Антикатаболическое действие
Витаминно-минеральные комплексы	+	+	+++	+++	+
Протеины	+	++	+++	+++	+++
Аминокислотные комплексы	++	++	++	+++	+++
ВСАА	++	++	+++	++	+++
Глютамин	+/-	+/-	+/-	+/-	+/-
Аргинин (донаторы NO)	+/-	+/-	+/-	+/-	+/-
Продукты пчеловодства	+++	+	+	++	++
Изотоники (углеводно-минеральные напитки)	+++	+	+	++	+
Гейнеры (углеводно-белковые смеси)	++	++	+	++	++
Энергетические напитки	++	+	+	+	+
Креатин	+	+++	++	+	++
Предтренировочные комплексы	+++	+++	+/?	+	+
Анаболические комплексы	+	++	++	+	++
Эргогенные вещества	+++	+++	+	+	+

Применение спортсменами специальных продуктов спортивного питания, витаминов и групп лекарственных средств в плавании должно быть рациональным, оптимальным и разумным, и всегда согласованно с врачом по спортивной медицине.

В таблице 107 приведены рекомендуемые к применению группы лекарственных средств в плавании.

Таблица 107 - Рекомендуемые к применению группы лекарственных средств в плавании

Фармакологическая группа	Этапы подготовки					
	Подготовительный	Базовый	Специальный	Предсоревновательный	Соревнование	Восстановление
Витамины и витаминоподобные средства	+	++	++	+		++
Макро- и микроэлементы	+	++	++	++	+	++
Антигипоксанты и антиоксиданты		++	++	+		++
Актопротекторы		++	++	++	++	
Общетонизирующие средства и адаптогены	+	+	++	++	++	
Ноотропы			++	+		
Аминокислоты		++	++	+		++
Углеводы	+	++	++	++	+	++
Эргогенические и эргодающие средства		+	++	++	++	+
Анаболические нестероидные средства		++	++			++
Иммуностропные средства	+	++	++			+
Корректоры лактат-ацидозного состояния		+	+		+	++
Гепатопротекторные и мембраностабилизирующие средства		++		++		++

В таблице 108 представлены фармакологические группы для обеспечения выполнения физических нагрузок разной энергетической направленности в плавании.

Таблица 108 - Рекомендуемые фармакологические группы для поддержания физической нагрузки разного энергетического направления в плавании

Фармакологическая группа	Метаболизм				
	ПАО	ПА-НО1	ПА-НО2	МПК	Гликолиз
Витамины и витаминоподобные средства	+	+	+	+	+
Макро- и микроэлементы	+	+	+	+	+
Антигипоксанты и антиоксиданты			+	+	+
Актопротекторы	+	+	+	+	+
Общетонизирующие средства и адаптогены		+	+	+	+
Ноотропы				+	+
Аминокислоты	+	+			+
Углеводы		+	+	+	+
Эргогенические и эргодающие средства			+	+	+
Анаболические нестероидные средства		+	+		
Корректоры мочевины				+	+
Корректоры лактацидозного состояния					+
Гепатопротекторные и мембраностабилизирующие средства			+	+	+
Регуляторы липидного обмена	+	+			

Примечание: ПАО - порог аэробного обмена;  
 ПАНО1 - порог анаэробного обмена: лактат (La) 2-3 ммоль/л;  
 ПАНО 2 - порог анаэробного обмена: La 3-5 ммоль/л;  
 МПК - максимальное потребление кислорода: La 6-8 ммоль/л;  
 Гликолиз - анаэробный обмен: La 6-18 ммоль/л и более.

Из физических факторов в системе восстановления и повышения работоспособности спортсменов наиболее широко используем:

1. массаж (классический, сегментарный, точечный, баро- и вибромассаж и др.);
2. гидропроцедуры: баня-сауна, гидроканал-джакузи (бассейн с противотоком);
3. электросветопроцедуры: электростимуляция, баромассаж с миостимуляцией, магнитотерапия, лазерная терапия, соллюкс, Хивамат-терапия, электроакупунктура;
4. криотерапия;

5. акупунктура;
6. средства ЛФК, тренажеры.

Физиотерапевтические процедуры могут быть дополнены отдельными группами фармакологических средств.

Таким образом, располагаем большим числом разнообразных средств и методов, которые могут оптимизировать процессы постнагрузочного, постпатологического восстановления и способствовать повышению работоспособности. Подбор и сочетание этих средств осуществляется в соответствии с особенностями функционального состояния каждого конкретного спортсмена, его «слабыми звеньями», характером предшествующих и последующих нагрузок, индивидуальными противопоказаниями, а также целым рядом других факторов.

### **7.6.3. Объекты спорта, соответствующих современным требованиям, для осуществлении тренировочного процесса для подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации на территории Российской Федерации и за ее пределами, включая анализ их достаточности**

1. Олимпийская база Министерства спорта Российской Федерации ФГБУ «Тренировочный центр сборных команд России «Озеро Круглое». Находится рядом с подмосковным городом Лобня. База является мультифункциональной. Предназначена для подготовки сборных команд России по плаванию, синхронному плаванию, прыжкам в воду, спортивной гимнастике, боксу, борьбе, фехтованию, водному поло. На базе три комфортабельных гостиницы: Восточная, Северная, Западная. Восстановительный медицинский центр с персоналом, где проводятся восстановительные процедуры – в основном аппаратного направления: оксиспа (капсульное восстановление), кераген (точечный массаж), барокамера, соляная пещера, кабинеты ингаляции. Есть банный комплекс. Одновременно с этим у всех команд в штате есть массажисты и врачи. Питание усиленное. На территории в общем доступе футбольное поле, площадки для тренировок на улице и лыжная трасса. Проживание не больше двух человек в номере. Есть конференц-зал. Для пловцов стандартный 50-метровый бассейн 8 дорожек. Три зала для тренировок на суше – с разнообразными тренажерами. Имеется гидроканал глубиной 1,70 м с противотоком до 2,1 м/с. Наличие биолоборатории в бассейне в специальном помещении. Две инерционных протяжки для гидродинамических тренировок. Одна специализированная тренажерная система силового лидерования. Оборудование для подводной съемки с программным обеспечением, пневмотумба для отработки стартов. Оборудование для определения гидродинамических характеристик пловцов с программным обеспечением и то же для измерения силовых характеристик спортсменов на суше и в воде. База находится в лесном массиве. Огорожена. Охрана круглосуточная. Посещение базы строго по пропускам.



2. Спортивная база «Цахкадзор» для подготовки спортсменов в горах. Находится в Республике Армения, в Котайской долине, рядом с городом Раздан. Климат умеренно-континентальный. Функционирует как спортивная с конца 1960-х гг. Имеет положительную историю подготовки сборных команд СССР и России. Высота базы немногим выше самого города Цахкадзор и составляет 1900 метров над уровнем моря. Входит в четверку уникальных спортивных высокогорных баз (еще Фонремо (Франция), Сьерра-Невада (Испания), Колорадо-Спрингс (США)). В настоящее время Цахкадзор привлекает сборные армянских, российских и других спортсменов. В основном, это лыжники, пловцы, тяжелоатлеты, теннисисты. Зима в долине мягкая, число солнечных дней составляет 270. Для подготовки предоставляется 8-ми дорожечный 50-метровый бассейн. В 2024 году проведен ремонт бассейна. Предоставлены комнаты для биохимической лаборатории сборной команды. В здании бассейна есть игровой зал. Рядом с бассейном находится зал для силовой подготовки. В отдельном здании рядом есть баня. Проживание 1–2 человека в номере. Питание шведский стол, усиленное.

3. Спортивно-санаторный комплекс «Жемчужина моря». Располагается в городе Кабардинка, Краснодарского края. Климат субтропический. Спортивное направление комплекса представлено сетью бассейнов из двух открытых 25-метровых, и одного открытого 50-метрового. Все доступны для тренировок пловцов. Главным бассейном является открытый 50-метровый на 8 дорожек. На бортике бассейна работает сауна в непрерывном режиме. Для тренировок предоставляется тренажерный зал в фитнес центре. Проживание в комфортабельных номерах до 2-х человек. Все спортивные объекты находятся непосредственно вокруг жилых корпусов. Территория около 8 га представляет собой вечнозеленый сосновый бор на берегу моря. Море в шаговой доступности с собственной пляжной зоной. Питание шведский стол. В медицинском центре «Жемчужина моря» более 100 медицинских работников. Рядом с гостиницей размещения сборной команды работает бювет с медицинским персоналом, который проводит консультации и разливает минеральную воду. Тренировки для профессиональных пловцов возможно проводить с мая по октябрь.

4. Учебно-тренировочный центр Всероссийской федерации плавания, принадлежащий на праве собственности АНО «СЦП «Волга». Объект расположен в г. Волгоград на расстоянии 5 км от центра города. Объект включает в себя два 50 м 8-дорожечных бассейна (открытый и закрытый), открытый 25 м 8-дорожечник, 2 бассейна «Малышок» (открытый и закрытый), 2 гидроканала – тренажеры «Бесконечный бассейн», инерционные протяжки, специализированную тренажерную систему силового лидирования; 3 тренажерных зала с самым современным оборудованием для работы пловцов на суше; 3 медицинских кабинета, 3 массажных и кабинет для осуществления биохимического анализа крови спортсменов; 2 сауны, русскую баню на дровах, гостиницу на 130 мест; 2 пищеблока и 3 бара с возможностью одновременного обслуживания 140 человек. Усиленное питание осуществляется в форме «шведского стола». Логистическое расположение внутри объекта позволяет

спортсмену в течение 1-2 минут оказаться в любой востребованной точке. Учебно-тренировочный процесс в комплексе постоянно обеспечивается высококвалифицированными специалистами комплексной научной группы, которые определяют состав и гидродинамические свойства тела пловца, измеряют силу тяги, осуществляют полномасштабную видеосъемку с последующим анализом техники пловца, используют тренажер «бесконечный бассейн» для совершенствования техники, определяют биохимический состав крови в режиме онлайн. Тренировочная работа в комплексе обеспечивается медико-биологическим сопровождением. Осуществляется подбор сбалансированного питания и медикаментозного обеспечения восстановительного процесса спортсмена, контроля состояния здоровья.

#### **7.6.4. Места проведения и условия подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки**

Для централизованной подготовки спортсменов основного и резервного составов спортивной сборной команды России по плаванию предполагается использовать следующие спортивные базы:

- «Озеро Круглое» (Московская область, г. Лобня);
- Учебно-тренировочный центр ФВВСП (Волгоградская область, г. Волгоград);
- «Цахкадзор» - среднегорная подготовка (Армения);
- г. Кабардинка (морское ТМ);

Таблица 109 - Потребность в спортивных базах для спортивной сборной команды Российской Федерации по плаванию

№ п/п	Задачи и условия подготовки	Наличие	Потребность
1	Развитие аэробно-силовых возможностей. Восстановление спортсменов после тяжелых нагрузок	Современной спортивной базы на море в России нет	Открытый плавательных бассейн 50м на море, оснащенный тр.залами, гостиницей, пищеблоком
2	Совершенствование функциональных возможностей организма атлетов в условиях среднегорья	Современной спортивной базы на высоте 1800-2200м над уровнем моря в России нет	Современная спортивная база на высоте 1800-2200 м над уровнем моря

3	Тестирование функциональных возможностей и опр. гидродинамического сопротивления	нет	Гидроканал - на базе «Озеро Круглое»
---	--	-----	--------------------------------------

Таблица 110 - Места и условия подготовки спортсменов сборной команды Российской Федерации по плаванию на заключительном этапе к Играм Олимпиады 2028 года

№ п/п	Спортивный объект	Периоды подготовки	Климатические условия	Материально-техническое оснащение	Сервис
1	г. Кабардинка спортивная база на берегу моря	Подготовительный	Субтропический черноморский	Соответствует требованиям для подготовки национальной команды	Хороший
2	Армения с/б «Цах-кадзор»	Аэробно-силовой	Среднегорье, умеренно-континентальный	Соответствует требованиям для подготовки национальной команды	Хороший
3	Россия г. Лобня «Озеро Круглое»	Специальный	Умеренно-континентальный	Соответствует требованиям для подготовки национальной команды	Хороший
4		Фаза сужения тренировочной нагрузки	Соответствующий условиям соревнований	Соответствует требованиям для подготовки национальной команды	Хороший

Заезд в олимпийскую деревню планируется за один день до начала соревнований.

### **7.7. Структура спортивной сборной команды Российской Федерации, в том числе кадровая**

В целях оптимизации взаимодействия всех участников процесса подготовки кандидатов в сборную команду России по плаванию, повышения качества этой работы принята следующая модель управления сборной команды.

Сборная команды России по плаванию разбита на четыре состава:

- Основной состав
- Резервный состав
- Юниорский состав
- Юношеский состав

Руководителем спортивной сборной команды России по плаванию является главный тренер, у которого в оперативном подчинении находятся:

- Старшие тренеры основного и резервного составов;
- Старшие тренеры юниорского и юношеского составов;
- Комплексная научная группа (КНГ);
- Группа специалистов медико-биологического обеспечения сборной команды;
  - Личные тренеры спортсменов, находящиеся на централизованной подготовке.
  - Личные тренеры спортсменов, находящихся на индивидуальной подготовке.

Взаимодействие всех элементов структуры сборной команды России по плаванию и плаванию на открытой воде представлено на рисунке 2.

Организационная структура сборной команды Российской Федерации по плаванию и плаванию на открытой воде представлена в табл. 111.



Рисунок 2. Взаимодействие всех элементов структуры сборной команды Российской Федерации по плаванию и плаванию на открытой воде

Таблица 111 - Организационная структура сборной команды Российской Федерации по плаванию и плаванию на открытой воде

Основной и резервный составы сборной команды	Юниорский состав (возраст первенства Европы, первенства мира, юношеских Олимпийских игр)	Юношеский состав (Европейского юношеского Олимпийского фестиваля (ЕЮОФ))
<b>Главный тренер –</b> Чепик Сергей Геннадьевич		
<b>Старшие тренеры:</b> Панков Д.А.	<b>Старший тренер:</b> Капкова Л.А.	<b>Старший тренер:</b> Шишин А.Г.
<b>Начальник команды:</b> Малых Е.А. Галкин А.В. (открытая вода)	<b>Начальник команды:</b> Кургузова Л.С.	<b>Начальник команды:</b> Кургузова Л.С.
<b>Врач:</b> Григорьев Ю.В., Королев В.А., Сазонова Т.К. (открытая вода) <b>Врач-биохимик:</b> Тен А.М., Онопченко О.В.	<b>Врач:</b> Королев В.А., Кобозев А.Ю.	<b>Врач:</b> Королев В.А.
<b>Психолог:</b> Сохликова В.А.		
<b>Массажист:</b> Паршин А.А., Шацкий А.И., Шакиров А.Н.	<b>Массажист:</b> Окунев Б.А., Тулаев С.Н.	<b>Массажист:</b> Тулаев С.Н., Окунев Б.Е.
<b>Механик сборной команды:</b> Поляков А.А.		
<b>Специалист:</b> Солопов И.Н.		

Чтобы планомерно заниматься резервом по всем возрастным группам централизованную подготовку должны получить 250-260 человек.

Непосредственной подготовкой каждого из составов спортивной сборной команды руководят старшие тренеры.

Для каждой группы сборной команды разрабатываются годовые планы подготовки, в которых определяются объемы и интенсивность тренировочных нагрузок, базы и места проведения тренировочных сборов, мероприятия по медико-биологическому обслуживанию спортсменов, составляется календарь спортивных соревнований.

Зачисление в штат спортивной сборной команды России по плаванию главного тренера, старших тренеров, тренеров, начальников команд, врачей, массажистов и иных специалистов осуществляется по представлению Всероссийской федерации плавания.

Кандидат в спортивную сборную команду проходит подготовку под руководством личного тренера, тренеров-бригадиров сборной команды в течение всего 4-летнего олимпийского цикла. В период пребывания спортсмена по месту жительства его подготовкой руководит личный тренер по индивидуальному плану, утвержденного главным тренером спортивной сборной команды России по плаванию.

В целях обеспечения и поддержания высокого уровня подготовки кандидатов в спортивную сборную команду России по плаванию для участия в международных спортивных соревнованиях создан тренерский Совет Всероссийской федерации плавания (далее Совет), см. табл. 112.

Таблица 112 - Состав тренерского Совета ФВВСП на период 2025-2028 годы

№ п/п	Ф.И.О.	Должность	Звание	Регион
Председатель тренерского совета				
1	Чепик Сергей Геннадьевич	Главный тренер сборной команды	ЗТР	Москва
Члены тренерского совета				
2	Капкова Лидия Александровна	Старший тренер юниорского состава	ЗТР	Москва
3	Шишин Андрей Геннадьевич	Старший тренер	ЗТР	Москва
4	Манкевич Татьяна Владимировна	Старший тренер от- крытая вода		Москва
5	Комаров Дмитрий Викторович	Старший тренер юношеского состава		Волгоград
6	Григорьев Юрий Викторович	Главный врач сбор- ной команды		Москва
7	Солопов Игорь Николаевич	Руководитель КНГ	ДБН	Волгоград
8	Новожилова Вита Владимировна	Тренер-бригадир	ЗТР	Санкт- Петербург
9	Байдалова Ольга Николаевна	Тренер-бригадир	ЗТР	Санкт- Петербург
10	Лазарев Дмитрий Геннадьевич	Тренер-бригадир	ЗТР	Москва

В своей деятельности Совет руководствуется Уставом ФВВСР, нормативными документами Министерства спорта Российской Федерации, Олимпийского Комитета России, международной федерации плавания WA.

Совет формируется в начале олимпийского цикла и утверждается президиумом ФВВСР.

### **Основные цели и задачи Совета**

- Подготовка проекта Целевой комплексной программы (ЦКП) подготовки спортивной сборной команды России по плаванию на очередной олимпийский цикл;
- Осуществление комплекса мероприятий по выполнению ЦКП, внесению необходимых корректировок в ЦКП, направленных на выполнение утвержденных программ;
- Подготовка предложений по подготовке резерва сборной команды, анализ хода подготовки спортсменов юниорского состава к участию в международных соревнованиях;
- Утверждение индивидуальных перспективных планов на олимпийский цикл и текущих годовых планов подготовки кандидатов в члены спортивной сборной команды России по плаванию;
- Подготовка проекта календаря Всероссийских соревнований на очередной год;
- Внесение предложений в Президиум Федерации по совершенствованию Правил соревнований, регламентов, работе судейской коллегии;
- Подготовка предложений по изменению, дополнению разрядных требований и норм в ЕВСК на очередное четырехлетие;
- Выработка принципов формирования списочного состава кандидатов в спортивную сборную команду России по плаванию на очередной год, подготовка списочного состава спортсменов-инструкторов ФГБУ ЦСП;
- Разработка критериев отбора в спортивную сборную команду России по плаванию для участия в международных соревнованиях, в том числе на Олимпийские игры;
- Формирование списочного состава сборных команд для участия в международных спортивных соревнованиях для утверждения их Президиумом ФВВСР;
- Утверждение внутреннего распорядка тренировочных сборов сборной команды, других внутренних нормативных документов, направленных на повышение эффективности подготовки спортсменов;
- Подготовка предложений для поощрения спортсменов, специалистов спортивной сборной команды России по плаванию за выдающиеся спортивные достижения;
- Разбор случаев дисциплинарных нарушений, допущенных спортсменами, тренерами и специалистами сборной команды России по плаванию;
- Подготовка рекомендаций о целесообразности перехода спортсмена из одной территории в другую, от одного тренера к другому.

Список тренерского состава, привлекаемого для участия в централизованной подготовке конкретного ТМ сборной команды России по плаванию, определяется Главным тренером сборной команды (табл. 113).

Таблица 113 - Основной список тренерского состава сборной команды России по плаванию, для привлечения на централизованную подготовку в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

№ п/п	Ф.И.О.	Должность	Звание	Регион
1.	Алешин А.Л.	Тренер		Вологодская обл.
2.	Аминова Г.М.	Тренер		Республика Татарстан
3.	Архипов К.А.	Тренер		Санкт-Петербург
4.	Базиянц В.Д.	Тренер		Волгоградская обл.
5.	Байдалова О.Н.	Тренер		Санкт-Петербург
6.	Бачин А.Ю.	Тренер		Калужская область
7.	Беляев Н.С.	Тренер		Санкт-Петербург
8.	Белякина Д.В.	Тренер		Московская область
9.	Бирюкова Л.В.	Тренер		Пермский край
10.	Бобылев В.М.	Тренер		Москва
11.	Бударина Е.Д.	Тренер		Санкт-Петербург
12.	Бутникова Е.В.	Тренер		Санкт-Петербург
13.	Власевская Л.Г.	Тренер		Московская обл.
14.	Ганзей С.С.	Тренер		ХМАО
15.	Гарипова Г.Р.	Тренер		Республика Татарстан
16.	Глухова О.Е.	Тренер		Республика Коми
17.	Годзиев З.В.	Тренер		Москва
18.	Горелик М.В.	Тренер	ЗТР	Санкт-Петербург
19.	Гриненко И.В.	Тренер		Московская область
20.	Долгова Г.В.	Тренер		Пензенская обл.
21.	Дорожкин А.Е.	Тренер		Кемеровская обл.



22.	Дунаева Е.В.	Тренер		Москва
23.	Егоренко С.К.	Тренер		Санкт-Петербург
24.	Жуков А.В.	Тренер		Алтайский край
25.	Журавлева А.И.	Тренер		Самарская обл.
26.	Загатский С.Р.	Тренер		Калужская обл.
27.	Зарипова Г.Р.	Тренер		Республика Татарстан
28.	Иванова Е.Г.	Тренер		Новгородская область
29.	Измайлов В.А.	Тренер	ЗТР	Санкт-Петербург
30.	Ильин А.И.	Тренер		Самарская область
31.	Калугин Л.С.	Тренер		Воронежская область
32.	Капецкая Е.Ю.	Тренер		Санкт-Петербург
33.	Квасков П.Л.	Тренер		Московская область
34.	Кибенко А.Г.	Тренер		Свердловская обл.
35.	Киреев А.Г.	Тренер		Калининградская обл.
36.	Кирсанова О.М.	Тренер		Московская область
37.	Климентова Т.Г.	Тренер		Самарская обл.
38.	Ковшикова Т.В.	Тренер		Московская обл.
39.	Кожакин С.В.	Тренер		Магаданская область
40.	Козырев А.А.	Тренер		Калужская область
41.	Комаров Д.В.	Тренер		Волгоградская обл.
42.	Комарова С.С.	Тренер		Москва
43.	Корабельникова Н.Ю.	Тренер		Москва
44.	Котов В.Н.	Тренер		Новосибирская обл.
45.	Кузнецов А. А.	Тренер		Республика Татарстан
46.	Кузнецова Е.Ю.	Тренер		Санкт-Петербург
47.	Кумановская О.В.	Тренер		Липецкая обл.
48.	Курилкин Е.Е.	Тренер		Санкт-Петербург

49.	Лазарев Д.Г.	Тренер	ЗТР	Москва
50.	Лебедик Е.В.	Тренер		Мурманская обл.
51.	Леоненков Д.В.	Тренер		Мурманская обл.
52.	Лобанков А.В.	Тренер		Краснодарский край
53.	Логинова И.Д.	Тренер		Москва
54.	Любимцев С.В.	Тренер		Московская обл.
55.	Малых Е.В.	Тренер		Хабаровский край
56.	Манкевич Т.В.	Тренер		Волгоградская обл.
57.	Мартынов А.Б.	Тренер		Новосибирская обл.
58.	Маслов Ю.Л.	Тренер		Санкт-Петербург
59.	Никитин П.Л.	Тренер		Нижегородская обл.
60.	Николенко А.А.	Тренер		Новосибирская область
61.	Новожилова А.А.	Тренер		Санкт-Петербург
62.	Новожилова В.В.	Тренер		Санкт-Петербург
63.	Нуцубидзе В.В.	Тренер	ЗТР	Москва
64.	Обедин А.С.	Тренер		Новосибирская обл.
65.	Орехов А.С.	Тренер		Пермский край
66.	Поданева Е.Н.	Тренер		Кемеровская обл.
67.	Прохоренко В.В.	Тренер	ЗТР	Волгоградская обл.
68.	Пшеничная И.Г.	Тренер		Санкт-Петербург
69.	Рейнасте А.А.	Тренер		Камчатский край
70.	Романова Н.А.	Тренер		Нижегородская область
71.	Рощина Н.Н.	Тренер	ЗТР	Омская обл.
72.	Сакин Н.А.	Тренер		Кемеровская обл.
73.	Сапрыкин В.П.	Тренер	ЗТР	Волгоградская обл.
74.	Свистак М.Ф.	Тренер		Брянская обл.

75.	Семенова О.В.	Тренер		Москва
76.	Серякова О.Г.	Тренер		Ярославская область
77.	Сидельник Ф.В.	Тренер		Белгородская область
78.	Слепокурова Е.М.	Тренер		Воронежская область
79.	Смирнов А.О.	Тренер		Москва
80.	Созонов М.А.	Тренер		Удмуртская Республика
81.	Табачкова Г.Н.	Тренер		Ставропольский край
82.	Таранникова А.В.	Тренер		Московская область
83.	Тарасова А.В.	Тренер		Санкт-Петербург
84.	Татарин В.Л.	Тренер		Москва
85.	Татьянченко С.А.	Тренер		Москва
86.	Тулупова А.А.	Тренер		Ярославская обл.
87.	Филипец А.В.	Тренер		Ростовская обл.
88.	Хяккенен Л.П.	Тренер		Республика Татарстан
89.	Цветковский О.Н.	Тренер		Воронежская обл.
90.	Чепик С.Ю.	Тренер		Республика Татарстан
91.	Шабанов А.А.	Тренер		Москва
92.	Шалагин Д.П.	Тренер	ЗТР	Свердловская обл.
93.	Шишин А.Г.	Тренер	ЗТР	Московская обл.
94.	Щёголев Р.В.	Тренер	ЗТР	Санкт-Петербург
95.	Юрченко Е.В.	Тренер		Тюменская обл.
96.	Яковлева Н.В.	Тренер		Москва

Таблица 114 - Список специалистов ФГБУ «ЦСП» и ФГУ «ЦСМ МФБА» спортивной сборной команды России по плаванию привлекаемых для централизованной подготовки в олимпийском цикле 2025 – 2028 гг.

№ п/п	Ф.И.О.	Должность	Звание, Ученая степень	Регион
1	Чепик С.Г.	Главный тренер	ЗТР	Москва
2	Панков Д.А.	Старший тренер основной, резервный составы		Москва
3	Комаров Д.В.	Старший тренер юниоры, юноши		Волгоградская область
4	Капкова Л.А.	Старший тренер юниоры, юноши	ЗТР	Свердловская область
5	Манкевич Т.В.	Старший тренер основной, резервный составы		Волгоградская область
6	Солопов И.Н.	Специалист	ДБН	Волгоградская область
7	Ганжа В.М.	Старший тренер юниоры, юноши		Волгоградская область
8	Шишин А.Г.	Старший тренер основной, резервный составы	ЗТР	Московская область
9	Тен А.М.	Врач по спортивной медицине	КМН	Москва
10	Сохликова В.А.	Врач по спортивной медицине	КБН	Москва
11	Онопченко О.В.	Врач по спортивной медицине		Московская область
12	Сазонова Т.К.	Врач по спортивной медицине	ВКК	Санкт-Петербург
13	Григорьев Ю.В.	Врач по спортивной медицине		Москва
14	Кобозев А.Ю.	Врач по спортивной медицине		Москва
15	Королев В.А.	Врач по спортивной медицине		Москва
16	Дубич И.А.	Врач по спортивной медицине	КМН	Волгоградская область
17	Тулаев С.Н.	Массажист		Омская область

18	Шакиров А.Н.	Массажист		Ульяновская область
19	Окунев Б.Е.	Массажист		Московская область
20	Паршин А.А.	Массажист		Москва
21	Шацкий А.И.	Массажист		Москва
22	Поляков А.А.	Механик сборных команд		Москва

### **7.8. Планируемые мероприятия по повышению квалификации тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта**

Современная система подготовки и воспитания спортсменов сборной команды России по плаванию предъявляет высокие требования к профессиональному уровню тренеров и специалистов, объему их фундаментальных знаний и практических навыков в области теории и методики спортивной тренировки, педагогики, спортивной физиологии, биомеханики и других областей знания. Анализ результатов подготовки и выступлений спортсменов в прошедшем олимпийском цикле показал, что одной из основных причин является недостаточный уровень профессиональной квалификации ряда тренеров сборной команды России, что в первую очередь отражается в низких количественных показателях функциональной и технической подготовленности ряда спортсменов.

Высокий уровень компетентности тренеров является одним из ключевых компонентов современной системы подготовки спортсменов высокого класса, эффективность которой напрямую зависит от уровня владения тренерами теорией и методикой спортивной тренировки, психолого-педагогическими и медико-биологическими знаниями.

Решение этой проблемы Всероссийской федерацией плавания осуществляется целенаправленно и планомерно.

Разработана программа аттестации и повышения квалификации тренеров по плаванию. Эта программа предусматривает наряду с процедурой аттестации (прежде всего на категорию PRO), организацию и проведение ежегодных курсов повышения квалификации тренеров по плаванию, проведение научно-методических семинаров во время тренировочных мероприятий и соревнований (например, о время соревнований «Веселый дельфин») и научно-практических конференций.

Основной целью этой работы является существенное повышение уровня профессиональной компетенции тренеров.

Для достижения поставленной цели решаются следующие задачи:

1. Повышения уровня фундаментальных знаний в области теории и методики спортивной тренировки, педагогики, спортивной физиологии, биомеханики и других областей знания.

2. Расширение теоретических и методических знаний о подготовке пловцов высшей квалификации.

3. Совершенствование тренерского мастерства и практических навыков подготовки пловцов высокой квалификации.

4. Совершенствование навыков управления тренировочным процессом пловцов высокой квалификации.

Система подготовки и повышения профессиональной квалификации тренеров и специалистов сборной команды включает:

- повышение уровня профессионального образования тренеров на основе расширения теоретических и методических знаний о подготовке пловцов высшей квалификации путем реализации программы курсов повышения квалификации тренеров по плаванию в объёме 72 часа по программе ФВВСП с обязательным реальным зачётом и выдачей соответствующего документа;

- совершенствование тренерского мастерства и практических навыков подготовки спортсменов высокой квалификации путем стажировок (не менее 5 тренеров в течение календарного года на централизованной подготовке сборной команды России по плаванию);

- переподготовка в специализированных институтах по профилю работы врачей, массажистов, психологов, работающих со сборной командой (один раз в два года);

- регулярное изучение и анализ материалов и отчетной документации специалистов комплексной научной группы (КНГ);

- расширение специальных знаний на конференциях, семинарах, тренерских советах сборной команды России по виду спорта по актуальным вопросам спортивной подготовки;

- научно-практические (методические) конференции (НПК);

- курсы переподготовки и повышения квалификации (КПП);

- научно-методические семинары (НМС).

- регулярное издание (раз в год) информационно-аналитического бюллетеня ФВВСП «Спортивное плавание» и изучение специальной литературы и по важнейшим вопросам спортивной подготовки сильнейших спортсменов с учетом новейших данных, в том числе зарубежных;

- изучение итоговой информации и промежуточных результатов выполнения мероприятий Целевой комплексной программы по виду спорта;

- регулярное проведение семинаров-совещаний ведущих специалистов по виду спорта, на котором заслушиваются и обсуждаются отчеты ведущих тренеров, специалистов КНГ, врачей и других специалистов, разрабатывается стратегия подготовки сильнейших спортсменов и ближайшего резерва.

Таблица 115 - Примерный тематический план программы «Повышения квалификации тренеров по плаванию»

№ п/п	Название темы	Краткое содержание
1.	Современные тенденции развития теории и методики плавания	Основные современные тенденции развития плавания: коммерциализация, профессионализация, глобализация, иерархизация популярности отдельных соревновательных дисциплин, возрастание приоритетности олимпийской подготовки, определяющая роль электронных средств массовой информации, рост плотности календаря соревнований, принципиальное повышение значимости научно-методического, медико-биологического, материально-технического обеспечения подготовки, активизация и повышение эффективности борьбы с применением нелегальных эргогенических средств, повсеместное укрепление государственного начала в подготовке элитных спортсменов и спортивного резерва.
2.	Методологические основы стратегии многолетней подготовки высококвалифицированных пловцов	Основные положения методологии и системы тренировки в плавании: учёт биологических закономерностей развития адаптированности организма к физическим нагрузкам, использование экстенсивных аэробных нагрузок в период полового созревания организма, акцентированное развитие силовой выносливости, планомерное наращивание мощности двигателей и параллельное снижение активного гидродинамического сопротивления.
3.	Поэтапный отбор и селекция, специализация и мониторинг перспективности пловцов	Отбор и селекция на разных этапах многолетней подготовки пловцов, информативные показатели оценки подготовленности спортсменов на различных этапах многолетней тренировки. Организация многоэтапного спортивного отбора. Важнейшие методические аспекты многоэтапного спортивного отбора. Прогностическая значимость факторов, подле-

		<p>жащих учету при осуществлении спортивного отбора. Критерии и подходы к диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности и последующей специализации занимающихся. Информативные показатели и наиболее надежные методы диагностирования темпов физического развития юных пловцов. Способы оценки перспективности пловцов. Мониторинг нормативной траектории подготовки пловцов.</p>
4.	<p>Планирование многолетнего тренировочного процесса</p>	<p>Модельно-целевой подход к построению многолетнего тренировочного процесса пловцов и принципиальные организационно-методические положения по управлению подготовкой спортивного резерва. Основные факторы, определяющие структуру многолетней тренировки. Тренировочная работа в период полового созревания. Негативные проявления преждевременного форсирования тренировочного процесса в детском и юношеском возрастах. Этапы многолетней подготовки пловцов и их характеристика. Классификация микроциклов тренировки пловцов. Допустимые сочетания нагрузок разной направленности в рамках одного занятия. Сочетание занятий с нагрузками различной направленности воздействия в микроцикле. Технологические особенности построения тренировочных микро- и мезоциклов в занятиях с высококвалифицированными пловцами различной дистанционной специализации.</p>
5.	<p>Проектирование тренировки пловцов</p>	<p>Определение модельных характеристик соревновательной деятельности пловцов. Классификация нагрузок в различных зонах интенсивности. Оптимальный объем годовой работы в разных зонах интенсивности. Допустимые сочетания работы в различных зонах интенсивности в одной тренировке. Допустимые сочетания работы в различных зонах ин-</p>



		тенсивности в недельном микроцикле. Дистанционная специализация пловцов. Характеристика нагрузок для средневи-ков, стайеров и спринтеров в разных зо-нах интенсивности. Режимы интерваль-ной тренировки в сериях. Определение (расчет) скоростей плавания в трениро-вочных сериях. Опорные параметры расчета скоростей плавания в трениро-вочных сериях. Алгоритм проектирова-ния тренировки элитных пловцов.
6.	Совершенствование техни-ческой подготовленности пловцов	Основные параметры техники плавания: скорость, «шаг» и темп движений. Ста-дии и этапы становления и совершен-ствования технического мастерства пловцов. Основные направления совершенствования техники спортивных спо-собов плавания. Средства и методы тех-нического совершенствования пловцов. Комплексные модели техники плавания и их компоненты – элементы прохожде-ния соревновательной дистанции: старт, выход, прохождение дистанции, пово-рот, финиш. Контроль и оценка техники плавания. Совершенствование стартов, поворотов, выходов. Снижения гидро-динамического сопротивления при пла-вании.
7.	Инновационные подходы к силовой подготовке плов-цов	Специфика силовых качеств пловца. Ви-ды силовых качеств: максимальная сила, взрывная сила, скоростно-силовая и си-ловая выносливость. Основные виды си-ловой подготовки: общая, разносторон-няя целенаправленная и специальная. Задачи, средства и методы силовой под-готовки пловцов. Силовая подготовка юных пловцов. Силовая подготовка вы-сококвалифицированных пловцов. Направленность силовой тренировки пловцов различной дистанционной спе-циализации. Инновационные подходы к силовой подготовке пловцов. Контроль и оценка силовой подготовленности пловцов.

8.	Управление процессом спортивной тренировки пловцов	Управление тренировочным процессом в плавании. Комплексное использование закономерностей, принципов, положений, средств и методов спортивной тренировки. Компоненты системы управления подготовкой пловцов, направленной на достижение целевого спортивного результата. Внетренировочные и внесоревновательные факторы управления спортивной подготовкой (специальный инвентарь, оборудование и тренажеры, средства восстановления, климатические условия и др.).
9.	Система контроля подготовленности пловцов	Методологические основы осуществления контроля и оценки подготовленности пловцов. Виды, стратегия и принципы диагностики и оценки подготовленности пловцов в многолетнем аспекте. Место и значение комплексного контроля в системе управления спортивной тренировкой пловцов. Педагогический, медико-биологический, антидопинговый и иной контроль. Средства и методы контроля тренировочных нагрузок и параметров разносторонней (физической, функциональной, технической, тактической, психологической) подготовленности занимающихся. Формы контроля разносторонней подготовленности: этапный, оперативный и текущий контроль. Использование данных комплексного контроля в управлении тренировочным процессом.
10.	Учёт динамики физического развития организма в тренировке юных пловцов. Методы определения биологического возраста	Учет закономерностей биологического развития пловцов при оценке результатов тестирования и уровня спортивных достижений, при моделировании ожидаемой динамики изменения параметров функциональных реакций организма на предъявляемые тренировочные нагрузки, при прогнозировании роста спортивной результативности, при планировании и программировании тренировочного процесса. Критерии биологического возраста. Методы определения биологи-

		ческого возраста и темпов физического развития.
11.	Использование в подготовке пловцов дополнительных средств эргогенического воздействия. Тренировка в среднегорье.	Различные эргогенические средства и их физиологические эффекты при использовании в тренировке с целью дополнительной стимуляции роста специальной работоспособности пловцов. Методологические вопросы интеграции дополнительных средств эргогенического воздействия на организм в учебно-тренировочный процесс. Построение тренировочного процесса в естественной эргогенической среде, в условиях гипоксической гипоксии в среднегорье. Методика тренировки в период предгорной подготовки, собственно горной тренировки и в период, следующий за спуском с гор.
12.	Современные медико-биологические методы оценки состояния и уровня подготовленности пловцов	Виды медико-биологического контроля и медицинского обследования. Углубленное медицинское обследование (УМО). Текущий медицинский осмотр. Врачебное обследование. Лабораторный контроль (общий анализ крови, общий анализ мочи, биохимический анализ крови). Определение биологического возраста. Мониторинг гормонального статуса организма. Биоимпедансометрия тела (масса и состав тела). Ортостатическая проба. Вариабельность ритма сердца.
13.	Профилактика перенапряжения и перетренированности и реабилитация	Классификация и основные причины перенапряжения и перетренированности в плавании. Эффективные педагогические и медико-биологические средства и методы профилактики перенапряжения и перетренированности. Профилактическое значение правильной организации подготовительной (динамическая разминка) и заключительной частей тренировочного занятия, адекватного нормирования нагрузок, технически правильного выполнения двигательных заданий, обоснованного подбора оборудования и инвентаря. Ме-

		дицинские и педагогические реабилитационные мероприятия.
14.	Восстановительные мероприятия в системе спортивной подготовки пловцов	Использования восстановительных мероприятий различного характера (разрешенные фармакологические средства, пищевые диеты, криогенные процедуры, массаж, стретчинг, сауна, психологическая разгрузка и др.) в системе подготовки высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в плавании.

Таблица 116 - План-график мероприятий по повышению квалификации тренеров и специалистов сборной команды Российской Федерации по плаванию в олимпийском цикле 2025-2028 гг.

Год	Месяцы года											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
2025	НМС		НМС		НМС		НМС		КПП	НПК	НМС	
2026	НМС		НМС		НМС		НМС		КПП	НПК	НМС	
2027	НМС		НМС		НМС		НМС		КПП	НПК	НМС	
2028	НМС		НМС		НМС		НМС		КПП	НПК	НМС	

Примечание: НПК - научно-практические конференции; КПП - курсы переподготовки и повышения квалификации; НМС - научно-методические семинары.

***Сведения о планируемых стажировках тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта за пределами территории Российской Федерации, приглашенных зарубежных тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта, а также совместной подготовке российских спортсменов с иностранными спортсменами на территории Российской Федерации и за ее пределами.***

Стажировка тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта за пределами территории Российской Федерации, приглашенных зарубежных тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта, а также совместной подготовке российских спортсменов с иностранными спортсменами на территории Российской Федерации и за ее пределами не планируются в связи наложенными ограничениями. Вместе с тем Федерация готова принимать для совместной подготовки спортсменов по заявкам зарубежных федераций, а также в рамках договоров Минспорта РФ с министерствами спорта других государств.

Федерацией отправлен официальный запрос в World Aquatics на проведение семинара судей РФ в 2025 году и направление для его проведения специалиста технического комитета (плавание) World Aquatics.

### **7.9. Материально-техническое и финансовое обеспечение подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации**

1. У Всероссийской федерации плавания имеется потребность в строительстве объектов спорта, используемых для подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации, а именно:

- Строительство базы на высоте 1300-2100 м в России.
- Расширение Тренировочного центра Всероссийской федерации плавания в г. Волгограде: строительство бассейна 25 м или 50 м с гостиницей на 100 мест, пищеблоком, залом (игровым).

2. Объемы денежных средств (бюджетных и внебюджетных), планируемых на финансирование спортивных мероприятий, включаемых в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий (табл. 117).

Таблица 117 – Финансирование планируемых на финансирование спортивных мероприятий, включаемых в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий

	Объем средств (млн. руб.)	
	Бюджетные средства	Внебюджетные средства
2025	176,00	180,00
2026	184,80	189,00
2027	194,04	198,45
2028	203,74	208,37

3. Потребности в приобретении спортивного инвентаря, оборудования, спортивной экипировки для подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации к Играм:

- спортивное и технологическое оборудование, спортивная техника, снаряжение и инвентарь, инструменты для подготовки инвентаря, техническое оборудование (ноутбук, планшет, компьютер, видеокамера, фотоаппарат, телевизор, принтер, проектор и аксессуары к ним);
- транспортное средство для перевозки пассажиров, багажа и грузов;
- программно-аппаратные комплексы сбора и анализа оперативной спортивной информации, в том числе судейско-информационное и иное оборудование спортивного назначения (табл. 118).

Таблица 118 – Потребность в приобретении спортивного инвентаря, оборудования и спортивной экипировки для подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации к Играм

Наименование ресурса	Единица измерения	Нормативное количество
Электроника АЛГЕ-ТАЙМИНГ РУССЛАНД (ALGE-TIMING)	комплект	1
Кардио оборудование Life Fitness : Беговая дорожка ICLST D Discover серии Integrity D SE3HD консоль Discover SE3 (HD 21")	шт.	6
Кардио оборудование Life Fitness : Кросс тренажер ICLSX D Discover SE3HD, Integrity D консоль Discover SE3 (HD 16")	шт.	2
Весы электронные	шт.	10
Пара пружинных замков	шт.	10
Стойка для указания поворота при плавании на спине	шт.	4
Указатели поворота для плавания на спине на 50 м и 25 м	комплект	8
Волногоящие плавательные дорожки на 50 м и 25 м	комплект	8
Электронное табло в бассейне	комплект	1
Секундомер настенный	шт.	6
Секундомер ручной	шт.	40
Мяч набивной (медицинбол) весом от 1 до 5 кг	комплект	8
Скакалка гимнастическая	шт.	80
Скамейка гимнастическая	шт.	4
Маты гимнастические	шт.	10
Модульная система TRX BAY-UNIT	шт.	2
Пояс с пластиной для увеличения нагрузки воды	шт.	20
Поплавки-вставки для ног	шт.	40
Доска для плавания	шт.	40
Лопатки для плавания	шт.	100
Доска информационная	шт.	10
Колокольчик судейский	шт.	20
Биокинетические тренажеры со встроенным микропроцессором	шт.	10
Изокинетические тренажеры	шт.	5
Специальный тренажер для плавания	шт.	6
Миниджим 500Е изокинетический	шт.	10
Электронно-финишная система для плавания в бассейне	комплект	4

Наименование ресурса	Единица измерения	Нормативное количество
Электронно-финишная система для плавания на открытой воде	комплект	4
Стенка контактная электронно-финишной системы, с 2 точками опоры, длина 2,5 м.	шт.	32
Стартовые тумбочки	шт.	32
Установка для фальстарта	шт.	4
Тренажер для плавания специализированный	шт.	10
Видеоаналитическая система оценки соревновательной деятельности	шт.	2
Тренажер для отработки всех видов старта	шт.	4
Тренажер для отработки поворотов	шт.	6
Тренажер силового лидирования для плавания (инерционная протяжка)	шт.	6
Турбинный противоток для пловцов	шт.	4
Тренажер «Стартовая пневмотумба»	шт.	4
Система телеметрии ЧСС для водных видов спорта	комплект	2
Устройство совершенствования техники плавания	шт.	10
Тренажер темпа для плавания	шт.	40
Тренажер силовой	шт.	20
Велотренажер	шт.	12
Виброплатформа	шт.	14
Вибротренажер	шт.	12
Плавательные очки	шт.	500
Плавательные костюмы	шт.	500
Зажим для носа	шт.	300
Безопасная полиметрическая тумба	шт.	8
Гантельный ряд весом от 1 до 25кг	комплект	10
Петли для функционального тренинга	шт.	80
Коврик для фитнеса	шт.	80