

МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ



ЗАТВЕРДЖУЮ

Перший заступник Міністра

І. Є. Гоцул

**Цільова комплексна програма підготовки
жіночої національної збірної команди України з гандболу
на участь в Іграх XXXII Олімпіади 2020 року у м. Токіо (Японія)
на 2017 – 2020 роки**

ПОГОДЖЕНО:

Директор департаменту
олімпійського спорту

Р. Я. Вірастюк

Президент федерації
гандболу України

А. А. Мельник

Директор ДНДІФКС

В. О. Дрюков

Радник Президента НОК України

М. П. Костенко

Державний тренер

О. В. Чайченко

Головний тренер

Б. М. Чижов

Керівник КНГ

О. Г. Кубраченко

Лікар

С. М. Прокопович

З М І С Т

1.	Конкурентноздатність українських спортсменів_____	3
2.	Методичні аспекти та планування підготовки спортсменів кандидатів на участь в Іграх XXXII Олімпіади 2020 року. Система спортивних змагань_____	9
3.	Підготовка спортсменів на заключному етапі_____	14
4.	Система відбору кандидатів в олімпійську збірну команду та стартові склади_____	16
5.	Науково-методичне та медичне забезпечення підготовки спортсменів_____	18
6.	Кадрове забезпечення і підвищення професійної майстерності фахівців_____	25
7.	Фінансування олімпійської підготовки_____	28
8.	Матеріально-технічне забезпечення_____	29
9.	Антидопінгова діяльність_____	31

1. Конкурентноздатність українських спортсменів.

Сучасний світовий жіночий гандбол зазнав серйозних змін. Насамперед, розширилася його географія. Популярність гандболу в Африці позитивно впливає на виступи провідних збірних команд Анголи, Алжиру Тунісу у світових чемпіонатах і великих міжнародних турнірах. Серйозно про себе заявили збірні команди Латинської Америки. Збірні команди Куби, Бразилії і Аргентини беруть участь у чемпіонатах світу та інших міжнародних змаганнях.

Гандбол здобув популярність на азіатському континенті. Збірна команда Південної Кореї явний лідер. У гандбольному співтоваристві останнім часом стрімко набирають оберти команди Японії і Китаю.

Серйозне перегрупування сил відбулося і в Європі. Деякі збірні команди країн колишнього соціалістичного табору, в силу об'єктивних причин, утратили провідні позиції. Жіноча збірна команда України в чемпіонатах світу 2013 та 2014 років у фінальних частинах участі не приймала. В чемпіонаті Європи 2014 року жіноча збірна команда посіла 16 місце. На сьогодні лідерами європейського гандболу, як показав останній чемпіонат Європи 2016 року, є збірні команди Норвегії, Нідерландів, Франції, Данії, Румунії, Німеччини та Росії. Нажаль в чемпіоні Європи 2016 року жіноча збірна команда України не пройшла відбірковий турнір і до фінальної частини не потрапила.

Поглиблений аналіз діяльності сильніших гандбольних команд світу в період 2012-2016 рр. дозволив виявити з достатньою надійністю ряд сучасних тенденцій розвитку цієї гри на 2017-2020 рр.:

1. Збільшення кількості команд екстра класу, конкуруючих у розподілі призових місць на важливих змаганнях – на чемпіонатах світу, Європи та Олімпійських іграх.

2. Подальша пошукова селекційна робота з включення до національної жіночої збірної команди високих на зріст гравців (вище за 180 см) другої лінії, які володіють влучними та сильними кидками з дальньої відстані, а також високими атлетичними та швидкісними можливостями.

3. Поряд з пошуком високих на зріст гандболісток продовжується серйозна селекційна робота з відбору крайніх гравців та гравців-універсалів (170-175 см), які володіють широким арсеналом техніко-тактичних дій, а також високими швидкісними якостями. Такі гравці, як правило, створюють в цілому темп гри та умови для ефективних кидкових дій високим на зріст гравцям.

4. Під час побудови гри у нападі проти позиційного захисту спостерігаються наступні напрямки:

- напад будується, в основному, на ефективних діях окремих гравців екстра класу, які володіють високою індивідуальною майстерністю та атлетичними можливостями, які часто перевершують у діях захисників;
- тактичні дії у нападі все менше будуються на багатоходових комбінаціях, а більше переваги надається мало ходовим, швидким комбінаціям з чіткими діями 2-3-х нападаючих;
- збільшення динаміки гри, завдяки переміщенням гравців без м'яча – швидкого виходу за спину захисників, створення миттєвої чисельної

переваги у будь-якій точці фронту атаки та інші дезорганізуючі наступальні дії;

– високий рівень стійкості до перешкод нападників в негативних ситуаціях під час жорсткої, напруженої гри з рівним суперником.

5. Значною особливістю сучасного жіночого гандболу є використання позитивних форм захисту 5:1, 4:2, 3:3, а також 6:0 з активними швидкими виходами для блокування нападників на 9-11 метрах або вибір більш вигідних позицій для обмеження активних можливостей нападників, а також застосування змішаних форм захисту за системою 5+1, 4+2.

6. Активні захисні дії гравців починаються в момент втрати м'яча у нападі.

7. Збільшення результативності гри воротарів під час виконання 7-метрових кидків.

8. Значне збільшення рівня психологічної готовності команд до жорстких напружених ігор, тобто вдосконалення здатності гравців до мобілізації та концентрації вольових зусиль, проявленню бійцівських якостей та цілеспрямованості до перемоги.

Аналіз

виконання планових завдань по роках щодо участі спортсменів України у чемпіонатах Європи, світу та Олімпійських іграх

Роки	Командний результат							
	Чемпіонат Європи		Чемпіонат світу		Відбірковий Олімпійський турнір		Олімпійські ігри	
	План	Виконання	План	Виконання	План	Виконання	План	Виконання
2013			4 - 8	-				
2014	1 - 6	16						
2015			2 - 6	-				
2016	3 - 5	-			1 - 2*	-	2 - 6	-

Подальший прогрес результатів команди можливий за умови форсованої підготовки гандбольного резерву, тобто підготовки як мінімум других номерів гравців команди за ігровими функціями. Гідну опору головної збірної повинні скласти гравці 1996-1998 років народження, які мають досить невеликий досвід міжнародних ігор. На сьогоднішній день є група перспективних гравців, які практично не брали участі у міжнародних іграх. Порівнюючи досвід українських гандболісток 1998 року народження з їхніми однолітками ведучих гандбольних країн Європи, можна з впевненістю констатувати наше відставання у підготовці на 3-4 роки. При форсованому режимі підготовки цю прогалину можна ліквідувати за два роки. Таким чином вже зараз необхідно вирівнювати стан з найближчим резервом національної збірної команди. Для цього необхідно мати щільний календар і гідне фінансування.

Основною метою діяльності збірної команди нинішнього скликання є участь команди у Олімпійських іграх 2020 року в Токіо. Проблем дуже багато, але при серйозному підході ціль досяжна.

Подальша динаміка позитивних результатів збірної команди України з гандболу можлива за умови створення сучасної, науково обґрунтованої, системи учбово-тренувальної роботи в режимі централізованих зборів і систематичної, прогресуючої участі у міжнародних турнірах вищої категорії складності.

У систему підготовки національної збірної команди країни повинні бути включені всі підрозділи українського гандболу, тобто директорат з проведення чемпіонату України, відділ олімпійських ігрових видів спорту Міністерства молоді та спорту України та Міністерство освіти і науки України, курируючи спрямованість і зміст підготовки збірних команд студентів, юніорів і кадетів. Поступовість у підготовці резерву для головної команди країни – одне з найактуальніших питань успішного виступу жіночої національної збірної команди України на міжнародній арені.

План-прогноз
щодо участі спортсменів України у чемпіонатах Європи, світу
та Олімпійських іграх

Роки	Командний результат											
	Відбірковий турнір до чемпіонату Європи		Відбірковий турнір до Чемпіонату світу		Чемпіонат Європи		Чемпіонат світу		Відбірковий олімпійський турнір		Олімпійські ігри	
	План	Виконання	План	Виконання	План	Виконання	План	Виконання	План	Виконання	План	Виконання
2017							4-8	-				
2018					1-6	-						
2019							2-6	-				
2020					3-5	-			1-2*	-	2-6	-

* – три підгрупи по чотири команди. Перші дві команди з кожної групи потрапляють на Олімпійські Ігри

На сьогоднішній день жіноча збірна команда України за результатами офіційних даних Міжнародної Федерації гандболу займає 22 місце.

Світовий рейтинг національних збірних команд за результатами офіційних даних Міжнародної Федерації гандболу

№	Країна	Місце
1.	Німеччина	1
2.	Росія	2
3.	Угорщина	3

4.	Норвегія	4
5.	Румунія	5
6.	Данія	6
7.	Сербія	7
8.	Польща	8
9.	Франція	9
10.	Південна Корея	10
11.	Австрія	11
12.	Чеська Республіка	12
13.	Японія	13
14.	Нідерланди	14
15.	Іспанія	15
16.	Бразилія	16
17.	Словаччина	17
18.	Ангола	18
19.	Швеція	19
20.	Китай	20
21.	Хорватія	21
22.	Україна	22
23.	Македонія	23
24.	Словенія	24
25.	США	25
26.	Туніс	26
27.	Чорногорія	27
28.	Кот-д'Івуар	28
29.	Аргентина	29
30.	Конго	30
31.	Болгарія	31
32.	Уругвай	32
33.	Канада	33
34.	Австралія	34
35.	Республіка Білорусь	35
36.	Казахстан	36
37.	Ісландія	37
38.	Італія	38
39.	Литва	39
40.	Алжир	40
41.	Куба	41
42.	Заїр	42

43.	Домініканська Республіка	43
44.	Парагвай	44
45.	Камерун	45
46.	Узбекистан	46
47.	Чилі	47
48.	Таїланд	48

Основні завдання і результати виступу команди у майбутньому олімпійському циклі (2017-2020 рр.)

1. Перемогти у відбіркових іграх плей-офф до чемпіонату світу 2017 року.
2. Взяти участь у фінальній частині чемпіонату світу з гандболу 2017 року. Результат 8-12 місце.
3. Перемогти у відбіркових іграх чемпіонату Європи 2018 року.
4. Взяти участь у фінальній частині чемпіонату Європи 2018 року. Результат 6-8 місце.
5. Перемогти у відбіркових іграх до чемпіонату світу 2019 року.
6. Взяти участь у фінальній частині чемпіонату світу 2019 року. Результат 5-8 місце.
7. Перемогти в одній із підгруп відбіркового олімпійського турніру 2020 року.
8. Участь в Олімпійських Іграх у Токіо 2020 року. Результат 6-8 місце.

Склад
спортсменів-кандидатів на участь в Іграх XXXII Олімпіади 2020 року у м. Токіо (Японія)

№ з/п	Прізвище, ім'я та по батькові	Дата народження	Регіон, назва команди	Зріст, вага
1	Андрійчук Юлія Юріївна	16.05.1992	Туреччина	185/73
2	Балог Юдіт Олександрівна	07.08.1995	Угорщина	177/72
3	Бельмас Вікторія Геннадіївна	13.07.1993	Польща	170/60
4	Борщенко Вікторія Олексіївна	05.01.1986	Росія	172/65
5	Воловник Наталія Петрівна	13.03.1992	Львівська, ГК "Галичанка"	170/63
6	Гілязетдінова Єлізавета Петрівна	15.08.1994	Львівська, ГК "Галичанка"	165/55
7	Глібко Ірина Олександрівна	19.02.1990	Румунія	170/60

8	Горільська Лілія Миколаївна	26.02.1988	Угорщина	194/71
9	Давидянц Софія Ратиківна	29.05.1997	Львівська, ГК "Галичанка"	174/64
10	Кильч Тетяна Іванівна	18.02.1996	Закарпатська, ГК "Карпати"	164/55
11	Коновалова Марина Євгенівна	19.11.1996	Львівська, ГК "Галичанка"	173/58
12	Лаюк Ольга Дмитрівна	04.02.1979	Туреччина	182/65
13	Левченко Євгенія Ігорівна	09.11.1994	Словаччина	168/57
14	Лезинська Анна Артурівна	02.01.1995	Закарпатська, ГК "Карпати"	187/93
15	Маркевич Мар'яна Володимирівна	05.01.1998	Львівська, ГК "Галичанка"	170/65
16	Мелекесцева Анастасія Євгеніївна	23.05.1998	Закарпатська, ГК "Карпати"	171/75
17	Передерій Ольга Едуардівна	12.04.1994	Словаччина	180/70
18	Редька Анна Леонідівна	21.01.1989	Білорусь	166/65
19	Савчин Наталія Володимирівна	18.01.1996	Львівська, ГК "Галичанка"	183/76
20	Смбатян Тамара Арпіарівна	19.03.1995	Польща	175/63
21	Смолінг Леся Ігорівна	23.01.1994	Львівська, ГК "Галичанка"	171/68
22	Снопова Юлія Олексіївна	30.10.1985	Туреччина	182/73
23	Стельмах Ірина Володимирівна	18.08.1993	Польща	192/80
24	Стрюкова Наталія Сергіївна	14.09.1997	Львівська, ГК "Галичанка"	177/68
25	Тимошенкова Вікторія Валеріївна	04.11.1983	Румунія	183/85
26	Трифоновна Анна Павлівна	15.08.1997	Миколаївська, ГК "Реал"	180/70
27	Уманець Олена Олексіївна	03.09.1990	Угорщина	178/80
28	Яблонська-Бобаль Ірина Федорівна	03.12.1991	Закарпатська, ГК "Карпати"	178/60

2. Методичні аспекти та планування підготовки спортсменів-кандидатів на участь в Іграх XXXII Олімпіади 2020 року. Система спортивних змагань.

Система підготовки жіночої збірної команди України у 2017-2020 роках базується на комплексному плануванні основних кількісних і якісних показників організації і методики навчально-тренувального процесу, засобів і методів контролю та відновлення.

Принцип визначення основного напрямку та змісту підготовки спирається на досвід вітчизняної школи гандболу, що характеризується атлетизмом і умінням диктувати хід боротьби за будь-яких обставин за допомогою широкого використання засобів техніко-тактичного ведення гри.

Принцип організаційної побудови підготовки жіночої збірної команди України на 2017-2020 рр. передбачає два напрямки:

перший - подальше зміцнення діяльності системи «клуб - збірна»;
другий - спеціалізована селекція і підготовка високих на зріст гравців (170-190см) на позиції I лінії, гравців (170-190см) на позиції II лінії та воротарів (175-190см).

У першому напрямку повинна бути значно поліпшена поетапна підготовка гравців для включення їх до складу кандидатів у збірну команду України.

Робота клубних команд планується на основі річного циклу із змагальним періодом вересень – травень.

Планування змагальної підготовки клубних команд визначають чіткі вимоги до складу команд і тренерів:

підтримувати високий рівень загальної і спеціальної підготовленості протягом змагального періоду у сполученні з досягненням піка спортивної форми на базі попередньої фундаментальної підготовки.

У процесі технічної підготовки гравців необхідно вирішити наступні завдання:

1. Досягнення оптимальної стійкості і керування ігровими руховими навичками (насамперед кидками у ворота під час гри і виконання 7-ми метрових штрафних кидків).
2. Підвищення ефективності і результативності кидків у ворота в опорному і безопорному положенні.
3. Зменшення кількості втрат м'яча в процесі гри і підвищення стабільності технічних прийомів під час різних ігрових ситуацій.

У процесі фізичної підготовки необхідно послідовно реалізувати принцип, що передбачає:

1. Раціональне сполучення способів загальної і спеціальної фізичної підготовки, досягнення високого рівня спеціальної працездатності на міцному фундаменті загальнофізичного розвитку на всіх етапах роботи.

2. Планомірне збільшення у тренувальному процесі кількості занять вибіркової спрямованості, що викликає мобілізацію функціональних здібностей організму.
3. Скеровану фізичну підготовку, що забезпечує становлення якості рухової діяльності та ігрового навичку.

Під час тактичної побудови гри команди рекомендується використовувати системи:

1. У нападі позиційні: 3x3; 4x2 швидкий прорив у кількісній перевазі, за умови рівних складів та в меншості.
2. У захисті – зонні: 6x0; 5x1; 4x2; 3x3 та змішана 5+1; 4+2.

У другому напрямку мається на увазі спеціалізована система підготовки гандболісток не тільки на ті позиції, на яких у грі збірної команди України спостерігаються відставання від провідних команд світу, але головним чином, для забезпечення переваги у атлетичній підготовці над основними суперниками.

Для цього необхідно:

1. Наближення тренувального режиму роботи команди до високоінтенсивних змагальних режимів і екстремальних умов.
2. Чітка, конкретна розробка програм тренувального процесу з урахуванням акцентування розвитку важливих якостей і здібностей, а також поєднаного удосконалення окремих сторін підготовки.
3. Поглиблена індивідуалізація підготовки гравців високого класу.
4. Досягнення оптимального рівня універсалізації ігрових дій у нападі і захисті.
5. Підвищення рівня виконавчої майстерності в аспекті: атлетизм-техніка-точність-стабільність.

У роботі збірної команди цілком виключаються звичайні, стандартно повторювані відхилення від нормального ходу тренувального процесу, які вимагають застосування регулюючих дій. Керування тренувальними навантаженнями, станом гравців і їх спортивною формою, повинно здійснюватися на підставі постійних змін напруженості і структурної навантаженості в комплексі з використанням мікроциклів «3-1» і «4-1».

Під час побудови індивідуальних моделей гравців збірної команди України з функціональної підготовки, основна увага буде приділятися відносній універсалізації гравців, істотному підвищенню рівня спеціальної працездатності, стрибучості, швидкості, спритності, техніко-тактичної майстерності.

Організація керування тренувальним процесом буде включати певні реальні цілі та завдання підготовки, як поточні так і перспективні, вибір засобів і шляхів рішення цих завдань, організацію процесу підготовки і тренування в оптимальному режимі для кожного гравця.

Основу керування спортивного тренування в процесі підготовки складають наступні компоненти:

- планування тренувального процесу;
- система тренувальних навантажень;

– постійний контроль за тренувальним процесом (підсумки та аналізи виконання роботи), а також стан тренувань (визначення стану медико-біологічної, психологічної, фізичної, техніко-тактичної підготовленості гандболісток);

– узагальнення та аналіз результатів поточного контролю і внесення корегувань у систему підготовки.

План тренувальних та змагальних навантажень по роках

Основні показники тренувальної та змагальної діяльності			2016-2017		2017-2018		2018-2019		2019-2020	
			план	вик.	план	вик.	план	вик.	план	вик.
Кількість тренувальних днів			40		40		45		45	
Кількість тренувальних занять			80		80		90		90	
Кількість тренувальних годин			160		160		180		180	
Кількість днів змагань			24		24		25		26	
Обсяг тренувальних навантажень (год.,км)			92		92		104		104	
Інтенсивність тренувальних навантажень	%	ЧСС*								
	100	>190	20		20		20		20	
	95	170-190	30		30		40		40	
	85	150-170	80		80		90		90	
	70	130-150	20		20		20		20	
	40	90-130	10		10		10		10	
Кількість змагальних навантажень			48		48		50		52	
Загальний обсяг навантажень (год.,км)			208		208		230		232	
Контрольні нормативи			Тести		Тести		Тести		Тести	

* - ЧСС – частота серцевих скорочень

Система тренувальних навантажень для жіночої
збірної команди України з гандболу

Для удосконалення рівня загальної та спеціальної працездатності у гандболісток високої кваліфікації розроблені наступні варіанти тренувальних навантажень:

Направленість тренування	ЧСС за 1хв.	Об'єм та час тренувального навантаження, хв.		
		велике	середнє	низьке
Аеробне	130-150	150	100	86
Змішане	140-170	90	70	50
Анаеробне	170-180	70	50	40
Ігрова	154	60	30	15

* - ЧСС – частота серцевих скорочень

З метою систематизації тренувальних навантажень у гандболісток високої кваліфікації необхідно мати інформацію про об'єм та інтенсивність змагальної діяльності спортсменок.

Об'єм фізіологічного навантаження гандболісток жіночої збірної команди
України протягом однієї гри з рівним суперником

Ігрове амплуа	Час гри в пульсових зонах та їх об'єм в ЧСС				Загальний об'єм фізіологічного навантаження у ЧСС
	115-140	141-160	161-175	176-195	
У захисті:					
Крайній	3 хв. 381	9 хв. 1350	12 хв. 2016	7 хв. 1176	4923
Розігруючий	3 хв. 381	6 хв. 900	13 хв. 2184	9 хв. 1674	5139
Напівсередній	4 хв. 508	5 хв. 750	12 хв. 2016	10 хв. 1860	5134
Висунутий вперед гравець	2 хв. 254	4 хв. 600	13 хв. 2184	12 хв. 2016	5054
У нападі:					
Крайній	3 хв. 381	8 хв. 1200	10 хв. 1680	8 хв. 1488	4749
Лінійний	4 хв. 508	12 хв. 1800	9 хв. 1512	4 хв. 744	4564
Гравці II лінії	2 хв. 254	6 хв. 900	10 хв. 1680	11 хв. 2046	4880
Воротар:					
Протягом всієї гри	8 хв. 1016	30 хв. 4500	10 хв. 1680	12 хв. 2016	9212

* - ЧСС – частота серцевих скорочень

Інтенсивність ігрової діяльності гандболісток жіночої збірної команди України
протягом однієї гри

№	Ігрові характеристики	Числові показники, с		Середні показники ЧСС, 1 хв.
		1 пол. гри	2 пол. гри	
1	Кількість активних фаз у нападі - середній час тривалості активних фаз у нападі, с	52	49	158-173
		15,1	16,3	
2	Кількість пасивних фаз у нападі - середній час тривалості пасивних фаз у нападі, с	54	48	146-158
		5	7	
3	Кількість активних фаз при організації захисту - середній час тривалості активних фаз при організації захисту, с	55	51	165-178
		18,2	21,4	
4	Кількість пасивних фаз при організованому захисті, с - середній час тривалості пасивних фаз при організованому захисті, с	27	32	151-164
		4,8	5	
5	Кількість атак проти організованого захисту - середній час на атаку, с	24,2	22,3	156-187
		67,2	51,4	
6	Кількість контратак - середній час на контратаку, с	6 ± 2	5 ± 3	181-205
		4,7	4,3	

* - ЧСС – частота серцевих скорочень

Довгостроковий план охоплює чотирирічний цикл з розподілом його на два дворічних цикли.

Основою цього плану є спортивний календар, що є орієнтиром під час визначення загальних завдань по роках (розподіл фондів, розвиток динаміки тренувальних і змагальних навантажень, періодизація тренувань у рамках річних циклів), а також під час вирішення всіх ігрових загальних питань багаторічного тренування.

Основне завдання довгострокового планування полягає у визначенні характеру тренування гандболісток і збірної команди на кожні два наступні роки, тобто 2017-2018 рр. Така характеристика включає отриману інформацію про динаміку фізичного розвитку гравця (зріст, вага, ЖЄЛ та ін.), про результати виступу на офіційних і контрольних змаганнях, про фізичну підготовленість, а також про техніко-тактичну підготовку (відповідно до модельних характеристик).

Другим етапом роботи під час складання плану на наступний (2019-2020 рр.) цикл є аналіз характеристики, і у першу чергу, складання

показників і характеру тренувальних навантажень з досягнутими результатами та одержання інформації для планування на майбутнє.

Довгостроковий план розподіляється на наступні складові компоненти:

- основні цілі і завдання плану (прогнозований результат у різних турнірах і змаганнях);
- циклічний характер підготовки;
- календар основних змагань і відповідна динаміка розвитку фізичної кондиції;
- основні напрямки і завдання тренування по етапах (роках);
- динаміка розвитку основних показників у процесі тренування (кількість днів тренування і відпочинку, тривалість тренування і кількість днів у мікроциклі, відповідність обсягу та інтенсивності);
- контрольні показники рівня тренуваності;
- спеціальні заходи з медичного контролю, відновлення і профілактики.

3. Підготовка спортсменів на заключному етапі

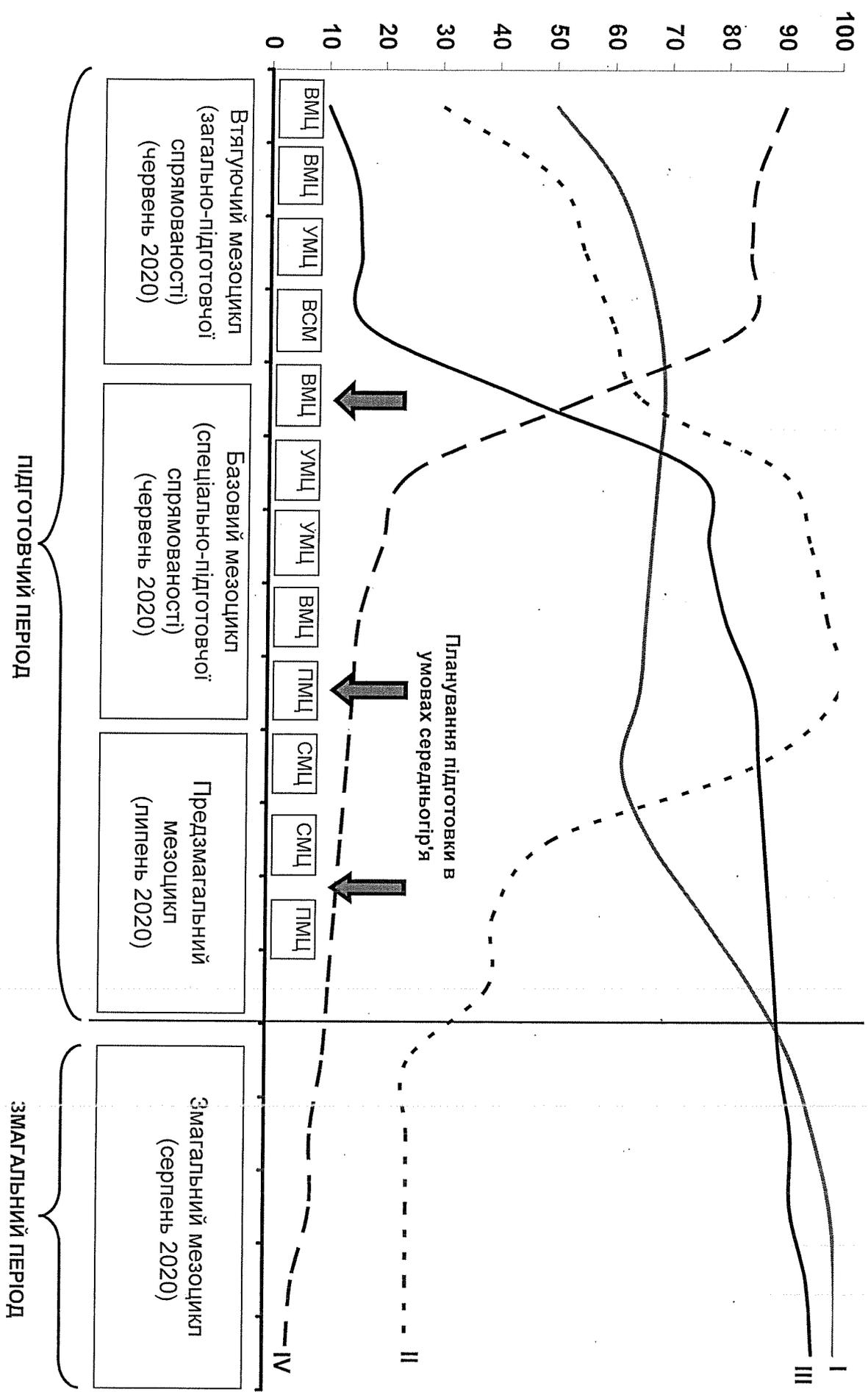
Безпосередній етап підготовки команди до Олімпійських ігор планується умовно розподілити на чотири відносно самостійних етапи, на кожному із яких будуть вирішуватися свої, специфічні завдання.

Перший етап підготовки (втягуючий мезоцикл) буде спрямований на всебічну функціональну підготовку спортсменок. Кандидати в збірну команду будуть виконувати індивідуальні плани, спрямовані на підвищення швидкісно-силових якостей та розвиток аеробних можливостей. Виконання на початку підготовчого періоду неспецифічної роботи дозволить створити необхідні умови для переключення та одночасного підвищення рівня загальної підготовленості після тривало ігрового сезону на клубному рівні і відпочинку. Спортсменки, які прибудуть в збірну команду в середині травня місяця на загальний тренувальний збір, повинні бути готовими до різкого підвищення спеціальної роботи та інтенсифікації тренувального процесу.

Для визначення стану готовності гандболісток, які прибудуть в збірну, планується проведення поглибленого дослідження на базі лабораторій НДІ Національного університету фізичного виховання і спорту України. Результати цих досліджень дозволять визначити не тільки рівень готовності кандидатів в збірну, але й встановити індивідуальні показники реакції організму на навантаження.

Другий етап підготовки є одним із найважливіших у плані стимулювання розвитку адаптаційних реакцій організму спортсменок. Навантаження загального характеру будуть знижені, а специфічні вправи, значно збільшені. Заплановані на цей період два ударних мікроцикли, забезпечать умови для прояву віддаленого тренувального ефекту в змагальному періоді підготовки команди.

Основними завданнями запланованого на червень місяць предзмагального мезоциклу є підвищення рівня «спортивної форми» команди та загального ігрового тону. Планується підготовка в умовах середньогір'я.



Загальна схема підготовки жіночої національної збірної команди України на завершальному етапі до Олімпійських ігор 2020 року у м. Токіо

* - I – рівень спортивної форми; II – об'єми тренувальної роботи; III – спеціально-підготовчі вправи; IV – загально-підготовчі вправи

На даному етапі планується провести до десяти товариських матчів, які дозволять остаточно визначитися з основним складом збірної команди, а також переглянути основних кандидаток.

Четвертий етап підготовки охоплює участь збірної команди України в головних змаганнях чотирьохріччя, Олімпійських іграх 2020 року. Тренувальна робота, яка буде проводитися на даному етапі, буде спрямована на підтримання та вдосконалення специфічних ігрових дій, а також стимулювання відновлювальних процесів.

4. Система відбору кандидатів в олімпійську збірну команду та стартові склади

Основним критерієм підбору кандидаток у збірну команду України є відповідність ігрових показників гандболісток модельним вимогам, висунутих фахівцями збірної. Серед параметрів для підбору кандидаток у команду обов'язковими є наступні:

1. Рівень виконання основних завдань змагальної діяльності.
2. Швидкісно-силова, техніко-тактична та ігрова підготовленість.
3. Рухова працездатність.
4. Особливості мотивації гравців з акцентом на досягнення мети спортивної діяльності на активність рішення тренувальних і змагальних завдань.
5. Високі морально-вольові якості.
6. Поглиблена спеціалізація ігрових функцій на базі широкого діапазону, які застосовуються під час виконання атакуючих та захисних дій.

Кандидаток у збірну команду готують клубні команди супер та вищої ліги і тренерський склад молодіжної (юніорської) збірної команди. До складу головної команди залучаються також гравці, які виступають у закордонних клубах.

З метою забезпечення спостереження і контролю за станом підготовленості гравців і станом здоров'я кандидаток у збірну команду України застосовується наступна система комплексного контролю.

Система комплексного контролю:

Методи

1. Педагогічні спостереження.
2. Медико-біологічні обстеження.
3. Аналіз відеозаписів.
4. Психологічні обстеження.

Засоби

1. Тестування спеціальної, фізичної і технічної підготовленості.
2. Аналіз змагальної діяльності та індивідуальної, тренувальної роботи:
 - за картами оцінки ЗД;
 - аналіз відеозаписів;
 - звіти тренерів клубних команд.
3. Поточне обстеження (на кожному НТЗ).

4. Етапне обстеження (4 рази на рік).

5. Поглиблене медичне обстеження (2 рази на рік).

Облік і контроль за перебігом підготовки кандидаток у олімпійську команду здійснюється:

– у період перебування кандидаток на НТЗ збірної команди – головним тренером та фахівцями КНМГ;

– у змагальному режимі - чемпіонат України, міжнародні турніри та інші змагання. Спостереження проводяться тренерським складом збірної команди і членами КНМГ;

– у період перебування кандидатки в клубній команді – тренерським складом клубу і науковцями під контролем головного тренера збірної команди України.

Поточні, етапні, поглиблені медичні обстеження проводяться членами КНМГ.

Система поетапного підбору спортсменок до збірної команди України
для участі в Іграх XXXII Олімпіади

Роки	Основні критерії підбору спортсменів	Кількісний склад на участь в Олімпійських іграх
2017	Показники ігрової діяльності в Європейських кубкових турнірах. Результат і показники ігрової діяльності у відбіркових іграх до чемпіонату Європи	28 кандидатів 16 учасників
2018	Показники ІД у чемпіонаті України, Європейських кубках. Результат і показники ІД у іграх плей-офф чемпіонату Європи	28 кандидатів 16 учасників
2019	Показники функціонально-фізичної і техніко-тактичної підготовленості, стабільність високих показників ігрової діяльності у Європейських кубках, іграх плей-офф ЧС і фінальній частини чемпіонату світу	28 кандидатів 16 учасників
2020	Показники функціонально-фізичної і техніко-тактичної підготовленості, стабільність високих показників ігрової діяльності у Європейських кубках, міжнародних гандбольних турнірах	28 кандидатів 16 учасників

Пропонуються наступні середні антропометричні та вікові показники для членів жіночої збірної команди України з гандболу:

– середній зріст команди – 165 – 170см;

– середній вік команди – 25 – 26, у діапазоні 21 – 29 років;

– середній зріст нападаючих II лінії – 175, у діапазоні 165 – 190см;

– середній зріст крайніх нападаючих – 165, у діапазоні 165 – 170см;

– середній зріст лінійних нападаючих – 180, у діапазоні 175 – 188см;

– воротарі – один високий на зріст – 185 – 190см, другий (темповик) – 175 – 180см.

Збірна команда комплектується з усіх ігрових позицій високими на зріст, атлетично розвиненими, психологічно стійкими спортсменками, які мають

значний ігровий досвід, стабільний результат, високу морально-вольову підготовку.

Відношення гравців у команді (на 15 чоловік) по місяцях наступне:

- гравців I лінії (крайніх та лінійних) – 4 чол.;
- гравців II лінії (центральных та напівсередніх) – 6 чол.;
- універсальних, тобто здатних грати у I та у II лініях – 2 чол.;
- воротарів – 3 чол.

У складі польових гравців передбачається наявність двох передніх захисників, підготовлених до персонального захисту та до виконання функцій переднього захисника в системах активного захисту 3х3 та 5х1.

5. Науково-методичне та медичне забезпечення підготовки спортсменок

Науково-методична робота і медичне забезпечення підготовки жіночої збірної команди України з гандболу здійснюється тренерським складом команди і комплексною науковою методичною групою. Для здійснення ряду дослідницьких і медико-біологічних заходів притягнуті провідні спеціалісти НУФВІСУ.

В даний час вкрай необхідно переглянути роботу КНМГ і підсилити її роль у підготовці збірної команди України. Тренерський склад має гостру потребу у статистичних звітах і спеціальних дослідженнях ігрової діяльності, отриманих у іграх національного чемпіонату. Необхідний порівняльний аналіз ігрової діяльності провідних команд світу і збірної команди України.

У роботі зі збірою планується всебічний контроль підготовленості команди в цілому і гравців окремо:

1. Дослідження фізичної і спеціальної фізичної підготовки.
2. Дослідження техніко-тактичної підготовки.
3. Дослідження функціонального стану організму гравців.
4. Дослідження ігрової діяльності кандидаток до збірної команди.
5. Вивчення соціально-психологічного стану гравців.

Календарний план науково-методичного забезпечення жіночої збірної команди України (2017-2020 рр.)

№	Найменування змагань, НТЗ	Науково-методич. Заходи	Місце проведен.	Час провед.	Склад виконав.
1	НТЗ	ПМО	Київ	Травень 2017	Кубраченко Прокопович
2	НТЗ ТТП	Поточне тестування ЗФП і СФП	Київ	Липень 2017	Кубраченко
3	НТЗ ТТП	Соц.-психол. дослідження	Київ	Вересень 2017	Кубраченко
4	Міжнародний турнір	Тест. ігрової діяльності	Київ	Листопад 2017	Кубраченко

5	НТЗ СФП	Етапне обстеження	Київ	Листопад 2017	Кубраченко
6	НТЗ	ПМО	Київ	Грудень 2017	Кубраченко Прокопович
7	НТЗ ТТП	Поточне тестування ЗФП і СФП	Київ	Березень 2018	Кубраченко
8	НТЗ ТТП	Соц.-психол. дослідження	Київ	Квітень 2018	Кубраченко
9	Міжнародний турнір	Тест. ігрової діяльності	За признач.	Травень 2018	Кубраченко
10	НТЗ	ПМО	Київ	Червень 2018	Кубраченко Прокопович
11	НТЗ, передсезонна підготовка	Етапне повне	Київ	Липень 2018	Кубраченко
12	НТЗ ТТП	Поточне тестування ЗФП і СФП	Київ	Вересень 2018	Кубраченко
13	Міжнародний турнір	Тест. ігрової діяльності	Київ	Листопад 2018	Кубраченко
14	НТЗ	ПМО	Київ	Грудень 2018	Кубраченко Прокопович
15	НТЗ	ПМО	Київ	Травень 2019	Прокопович Кубраченко
16	НТЗ ТТП	Поточне тестування ЗФП і СФП	Київ	Липень 2019	Кубраченко
17	НТЗ ТТП	Соц.-психол. дослідження	Київ	Вересень 2019	Кубраченко
18	Міжнародний турнір	Тест. Ігрової діяльності	Київ	Листопад 2019	Кубраченко
19	НТЗ СФП	Етапне обстеження	Київ	Листопад 2019	Кубраченко
20	НТЗ	ПМО	Київ	Грудень 2019	Кубраченко Прокопович
21	НТЗ ТТП	Поточне тестування ЗФП і СФП	Київ	Березень 2020	Кубраченко
22	НТЗ ТТП	Соц.-психол. дослідження	Київ	Квітень 2020	Кубраченко
23	Міжнародний турнір	Тест. ігрової діяльності	За признач.	Травень 2020	Кубраченко
24	НТЗ	ПМО	Київ	Червень 2020	Кубраченко Прокопович
25	НТЗ	Етапне повне	Київ	Липень 2020	Кубраченко
26	НТЗ ТТП	Поточне тестування ЗФП і СФП	Київ	Вересень 2020	Кубраченко
27	Міжнародний турнір	Тест. Ігрової діяльності	Київ	Листопад 2020	Кубраченко
28	НТЗ	ПМО	Київ	Грудень 2020	Кубраченко Прокопович

Програма медико-біологічного контролю за підготовленістю гравців жіночої збірної команди України з гандболу до XXXII Олімпійських Ігор (2017-2020 рр.)

Відповідно до комплексного плану підготовки жіночої збірної команди України з гандболу до XXXII Олімпійських ігор (2017-2020 рр.) у рамках комплексного медико-біологічного обстеження передбачається оцінка загального функціонального стану гандболісток, загальної і спеціальної фізичної працездатності.

Комплексний план підготовки збірної України передбачає проведення етапних обстежень у рамках навчально-тренувальних зборів (НТЗ) і поглиблених медичних обстежень (ПМО), кількість яких складає:

У 2017 році - 10 НТЗ і 2 ПМО;

У 2018 році - 11 НТЗ і 2 ПМО;

У 2019 році - 8 НТЗ і 2 ПМО;

У 2020 році - 12 НТЗ і 2 ПМО.

План заходів медичного забезпечення на 2017-2020 рр.

<i>Вид заходів</i>	<i>Зміст</i>	<i>Час проведення</i>	<i>Виконав.</i>
Диспансериз.	Для оцінки і контролю функціонального стану гравців, виявлення різних захворювань та одержання рекомендацій щодо їх лікування.	Березень - грудень щорічно	Український центр спортивної медицини
Профілактика захворювань і травм	Планове призначення полівітамінних препаратів, імуностимуляторів, проведення вакцинації. Підготовка спортсменів до тренувань і ігор (масаж, використання різних лікувальних розтирок). Використання на тренуваннях і іграх захисних засобів (наколінники, налокітники, стяжки на різні суглоби).	Постійно	Тренер-лікар, масажист
Підвищення працездатності гравців	Призначення полівітамінно-мінеральних комплексів, ноотропів, стимуляторів білкового синтезу. Повноцінне збалансоване харчування. Відновлювальні заходи (сауна, масаж). У змагальний період використання фармакологічних засобів по апробованих і затверджених методиках.	Постійно	Тренер-лікар, масажист
Лікування захворювань і травм	Своєчасна діагностика травм і захворювань. Проведення консультацій у провідних спеціалістів, комплексне лікування з використанням новітніх медичних препаратів, фізіотерапії, механотерапії, масажу.	За мірою необхідності	Лікар-тренер, масажист

План роботи
з медико-біологічного (фармакологічного) забезпечення
жіночої збірної команди України з гандболу
до XXXII Олімпійських Ігор(2017-2020 рр.)

№	Назва заходу	Терміни, місце проведення	Зміст
1	Вхідний контроль, розробка рекомендацій	січень щорічно за признач. НТЗ	Для оцінки і контролю функціонального стану гравців провести комплексні дослідження їх функціональних параметрів і метаболічного статусу. На основі отриманих даних розробити схеми, які оптимізують фізичну підготовленість організму спортсменів до тренувально-змагального процесу в найбільш адекватній формі, з огляду на індивідуальні особливості.
2	Поточний контроль	січень щорічно за признач. міжнародні змагання	Оцінка ефективності проведених заходів у процесі змагальної діяльності, корегування призначень.
3	Поглиблене медичне дослідження	березень- щорічно м. Київ	Комплексне медичне дослідження стану метаболізму, функціонального статусу окремих органів і систем. Корегування медико-біологічних призначень.
4	Поточний контроль	березень- червень щорічно за признач. міжнародні змагання	Оцінка ефективності рекомендованих заходів, а також індивідуального стану основних гравців у процесі змагальної діяльності.
5	Оціночний контроль ефективності рекомендованих заходів	травень- червень щорічно за признач. НТЗ	На основі функціональних досліджень і вибіркового біохімічних досліджень оцінити ефективність рекомендованих заходів. Індивідуальна корекція призначених схем. Підключення стимулюючих комбінацій.
6	Поточний контроль	червень щорічно за признач. НТЗ	Оцінка ефективності призначень з оперативним реагуванням за ситуацією.
7	Поточний контроль	червень щорічно за признач. міжнародні змагання	Оцінка ефективності проведених заходів у процесі змагальної діяльності.

8	Оціночний контроль	жовтень щорічно за признач. НТЗ	Оцінка функціонального стану. Призначення схем адаптації до ігрового сезону і комбінацій стимулюючого типу.
9	Поточний контроль	жовтень щорічно за признач. міжнародні змагання	Оцінка ефективності проведених заходів у процесі змагальної діяльності з оперативним реагуванням по ситуації.
10	Поточний контроль	жовтень щорічно за признач. НТЗ	Оцінка проведеної підготовки з оперативним реагуванням за ситуацією.
11	Поточний контроль	листопад щорічно за признач. НТЗ	Функціонально-біологічний моніторинг. Призначення засобів, що стимулюють загальну працездатність.
12	Поточний контроль	листопад щорічно за признач. НТЗ	Оцінка ефективності проведених заходів щодо стану функціональної підготовки окремих гравців.
13	Профілактика стану перетренованості	грудень щорічно за признач. НТЗ	Реабілітаційні, рекреаційні заходи, спрямовані на відновлення загальної і спеціальної працездатності.
14	Етапно-проміжний контроль	грудень щорічно за признач. НТЗ	Медико-біологічна оцінка відповідно до результатів сезону. Підготовка модифікованих схем призначення і методів медико-біологічного забезпечення на сезон
15	Поглиблене медичне обстеження	грудень щорічно м. Київ	Комплексне медичне дослідження функціонального стану. Тестування фізичної і технічної підготовки спортсменів. Розробка специфічних заходів, що дозволяють підвищити фізичну працездатність.

Програма соціально-психологічного супроводу жіночої збірної команди України з гандболу до XXXII Олімпійських Ігор (2017-2020 рр.)

Особливості психологічної практики в спорті залежать від особливостей спортивної діяльності. Вона характеризується наступними особливостями:

- об'єднанням суб'єкта і об'єкта діяльності;
- великими психічними і фізичними напруженнями;
- протіканням в екстремальних умовах підвищеної важливості (фактор змагання).

Особливо це стосується сфери професійного спорту і високих досягнень. Звідси – особливі вимоги до психічної сфери спортсмена, до його генетично і соціально-обумовлених особливостей, до функціонування сенсорно-

перцептивних, мнемічних і інтелектуальних процесів, до емоційних і вольових проявів.

В умовах командного спорту – це особливі вимоги до соціально-психологічних характеристик команди, як малої групи: згуртованість, спрацьованість, оптимальний психологічний клімат.

Таким чином, стає очевидною необхідність індивідуальної психологічної підготовки, що дозволить забезпечити умови для повнішого розкриття здібностей спортсмена, більшої реалізації потенційних можливостей, швидкішого росту результатів діяльності (на основі реалізації комплексного підходу до підготовки спортсмена).

Мета психологічного супроводу – підвищення ефективності виховних впливів і керування підготовкою спортсменок, оптимізація тренувального процесу і передзмагальної підготовки.

Напрямки психологічного супроводу реалізовані в системі, які поділяються лише умовно:

1. *Діагностика індивідуально-психологічних особливостей членів команди* (стійких і динамічних характеристик).
2. *Соціально-психологічна діагностика* (відносини у системах «спортсмен-спортсмен», «тренер-спортсмен»).
3. *Індивідуальне психологічне консультування спортсменів і тренерів*, спрямоване на розвиток стійкості у стресових ситуаціях та у екстремальних умовах спорту високих досягнень, підвищення ефективності і збереження цілісності.
4. *Групова психокорекція*, спрямована на оптимізацію міжособистісних відносин у команді.
5. *Соціально-психологічний аудит і корекція учбово-тренувального процесу* (досягнення відповідності між рівнем психологічної готовності спортсмена і команди вимогам, які ставляться об'єктивними умовами, цілями і завданнями спортивної діяльності).

План

заходів соціально-психологічного супроводу жіночої збірної команди України з гандболу до XXXII Олімпійських Ігор (2017-2020 рр.)

<i>Зміст психодіагностичних заходів</i>	<i>Час проведення</i>	<i>Зміст психокорегувальних заходів</i>	<i>Час проведення</i>
<p>Поглиблена і спеціалізована діагностика:</p> <p>- Діагностика стійких, малозмінних властивостей і якостей особистості.</p> <p>- Діагностика соціально-психологічного клімату в команді.</p>	<p>НТЗ</p> <p>змагання</p>	<p>- Співбесіда з учасниками команди за результатами індивідуальної психодіагностики (ознайомлення з висновками і надання необхідних рекомендацій).</p>	<p>НТЗ</p>

- Діагностика стилю керування командою.	змагання	- Соціально-психологічне консультування тренерського складу за підсумками психодіагностичної роботи.	НТЗ
Етапна діагностика: - Діагностика щодо стабільних, що зберігаються протягом всього етапу підготовки психічних станів спортсменів, а також факторів, які їх визначають. - Діагностика структури міжособистісних відносин у команді	НТЗ НТЗ	- Індивідуальне консультування учасників команди. - Групова психокорекція, спрямована на оптимізацію внутрішньоконандних міжособистісних відносин (соціально-психологічний тренінг 24 години). - Соціально-психологічне консультування тренерського складу за підсумками психодіагностичної і корекційної роботи.	за мірою необхідності НТЗ НТЗ
Поточна діагностика: - Оцінка тих змін у психічних станах спортсменів, що відбуваються у відносно короткі періоди тренувального процесу. - Діагностика соціально-психологічної атмосфери в команді.	НТЗ Змагання	- Індивідуальне консультування учасників команди. - Групова психокорекція, спрямована на оптимізацію соціально-психологічної атмосфери в команді. - Соціально-психологічне консультування тренерського складу за підсумками психодіагностичної і корекційної роботи.	за мірою необхідності за мірою необхідності НТЗ
Експрес-діагностика: - Діагностика динамічних і психічних станів, що змінюються в ході тренування. - Діагностика динамічних психічних станів, що міняються під час змагання.	НТЗ Змагання	- Індивідуальне консультування учасників команди. - Соціально-психологічне консультування тренерського складу за підсумками психодіагностичної і корекційної роботи.	за мірою необхідності постійно

Склад комплексної наукової групи (КНГ) жіночої збірної
команди України з гандболу

<i>Штат КНГ</i>	<i>П.І.Б</i>	<i>Напрямок діяльності у складі КНГ</i>	<i>Завдання наукової діяльності, функціональні обов'язки у складі КНГ</i>	<i>Організація</i>
Керівник комплексної наукової групи (КНГ)	Кубраченко Олександр Григорович	Планування підготовки. Педагогічний контроль	Розробка стратегії підготовки команди до ігор. Розробка модельно-цільових показників для команди і гравців. Загальний висновок про підготовленість спортсменів	Мінмолодьспорт
Заступник керівника КНГ	Клименко Світлана Костянтинівна	Педагогічний та медичний контроль	Розробка планів підготовки. Педагогічний контроль	Центр спортивної медицини
Член КНГ з психологічного забезпечення	Гринь Олександр Михайлович	Визначення психологічного стану організму	Тестування психологічних можливостей гравців. Контроль за станом організму під час навантажень	НУФВС
Головний тренер жіночої збірної команди України з гандболу	Чижов Борис Миколайович	Педагогічний контроль	Проведення педагогічних досліджень	Мінмолодьспорт

6. Кадрове забезпечення і підвищення професійної майстерності фахівців

Безпосередню підготовку національної жіночої збірної команди України до Олімпійських ігор будуть здійснювати:

- державний тренер;
- головний тренер;
- тренерський штаб збірної (2-3 асистенти головного тренера);
- лікар команди;
- масажист;
- комплексна наукова група (КНГ);

– на різних етапах підготовки та участі команди на змаганнях можуть залучатися до роботи тренери клубних команд, представники федерації гандболу, працівники освітніх та науково-дослідних установ.

Функціональні обов'язки тренерського складу збірної команди:

Головний тренер – загальне керівництво, питання планування, організації тренувань, навчально-тренувальних зборів, відбір гравців до складу команди для участі у змаганнях.

Асистент головного тренера – розробка програм тренувань з техніко-тактичної підготовки з подальшим погодженням та затвердженням з головним тренером збірної. Визначення ефективності тренувальних навантажень та якості відновлювальних заходів. Безпосереднє проведення тренувань з техніко-тактичної підготовки в період навчально-тренувальних зборів.

Тренер з інформаційно-методичного забезпечення – відповідальний за контроль та аналіз змагальної діяльності. Веде облік та аналіз показників змагальної діяльності як команди так і окремих гравців. Визначає рейтинги гравців, дає розгорнутий аналіз тренеру щодо результатів виступу потенційних гравців збірної у попередніх змаганнях на клубному рівні та у збірній.

Тренер з фізичної підготовки – відповідальний за фізичний та функціональний стан гравців команди. Визначає рівень фізичної підготовленості гравців, які прибувають у розташування збірної. Розробляє програми підвищення рівня загальної та спеціальної працездатності гравців. Готує необхідних функціональний плацдарм для подальшої спеціалізованої роботи.

Лікар команди – відповідає за розробку програми проведення медичного та функціонального контролю. Здійснює профілактичні заходи, слідкує за якістю харчування (збалансованість, регулярність, калорійність та ін.). Відповідає за надання негайної медичної допомоги в результаті отриманих травм або інших причин. Слідкує за існуючими вимогами міжнародної антидопінгової організації, та у разі необхідності здійснює контроль і створює необхідні умови для роботи інспекторів антидопінгових лабораторій WADA. Складає перелік фармакологічних препаратів що можуть бути використані для стимуляції працездатності та процесів відновлення, і не є заборонними до вживання.

Станом на початок 2017 року орієнтовний склад тренерського штабу національної жіночої збірної команди України з гандболу має наступний вигляд.

Штатна команда
національної жіночої збірної команди України з гандболу

<i>Посада</i>	<i>П.І.Б.</i>	<i>Наявність</i>	<i>Потреба</i>
Державний тренер	Чайченко Олександр Володимирович	ТАК	ТАК
Головний тренер	Чижов Борис Миколайович	ТАК	ТАК
Старший тренер	Войналович Валерій Миколайович	ТАК	ТАК
Начальник команди		НІ	ТАК
Тренер-лікар	Прокопович Станіслав Михайлович	ТАК	ТАК
Тренер-масажист	Горват Іван Іванович	ТАК	ТАК
Тренер-адміністратор		НІ	ТАК
Тренер – оператор		НІ	ТАК
Тренер з фізичної підготовки		НІ	ТАК
Спортсмен-інструктор		ТАК (12 ставок)	ТАК

7. Фінансування олімпійської підготовки

Обсяг та джерела фінансування

Джерела фінансування	Обсяг фінансування, гривень															
	2017 рік				2018 рік				2019 рік				2020 рік			
	Розрахунок кова вартість	План	Виконання	Розрахунок кова вартість	План	Виконання	Розрахунок кова вартість	План	Виконання	Розрахунок кова вартість	План	Виконання	Розрахунок кова вартість	План	Виконання	
За рахунок Мінмолодьспорту	9 млн.			10 млн.			10 млн.			10 млн.			12 млн.			
За рахунок Федерації гандболу України	5 млн.			5 млн.			7 млн.			7 млн.			8 млн.			
За рахунок інших джерел	5 млн.			5 млн.			7 млн.			7 млн.			8 млн.			
ВСЬОГО:	19 млн.			20 млн.			24 млн.			24 млн.			28 млн.			

8. Матеріально-технічне забезпечення.

Головні спортивні бази підготовки національної збірної команди

<i>Юридична назва спортивної бази</i>	<i>Форма власності</i>	<i>Підпорядкування</i>
1. Державне підприємство "Олімпійський навчально-спортивний центр "Конча-Заспа"	Загальнодержавна	Міністерство молоді та спорту України
2. Державне підприємство "Спортивний комплекс "Атлет" м. Київ	Загальнодержавне	Міністерство молоді та спорту України
3. Спортивна споруда манеж Сумського державного університету	Загальнодержавна	Міністерства освіти і науки України
4. Спорткомплекс "Юність" м. Ужгород	Загальнодержавна	Комітет з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України
5. Учбово-спортивна база олімпійської підготовки "Святошин"	Приватна	Федерація профспілок України
6. Палац спорту "Юність" м. Запоріжжя	Приватна	ВАТ "Мотор-Січ"
7. Броварське вище училище фізичної культури	Комунальна	Київська ОДА
8. Оздоровчо-спортивний комплекс м. Южне	Загальнодержавна	Южненська філія державного підприємства Адміністрації морських портів України
9. Навчально-спортивна база зимових видів спорту "Тисовець"	Загальнодержавна	Управління фізичної культури і спорту Міністерства оборони України

9. Антидопінгова діяльність

Для профілактики і боротьби із вживанням розповсюдження заборонених препаратів (допінгу) в українському гандболі загалом, та під час підготовки національної жіночої збірної команди України, зокрема, планується реалізація наступних ключових заходів:

- закріплення на національному рівні етичних принципів гандболу без допінгу та допомога у захисті здоров'я спортсменів;
- своєчасний перегляд списку заборонених препаратів, що постійно розширюється Всесвітнім антидопінговим агентством (WADA);
- створення та розвиток програм антидопінгової освіти та профілактичних програм в Україні з метою зміцнення практики спорту без допінгу у відповідності з етичними принципами;
- організація і проведення семінарів для тренерів та гравців збірної з питань антидопінгової діяльності. Розкриття основних положень боротьби міжнародних організацій із використання заборонених препаратів.
- координація та погодження дій, дисциплінарних процедур, санкцій та інших засобів боротьби з допінгом під час підготовки гандболісток;
- підтримка та координація наукових досліджень у напрямку боротьби із використанням допінгу;
- розробка угод із ЕНФ, ІНФ щодо проведення допінг-проб під час змагань та несподіваних проб в період підготовки спортсменок;
- формування власної незалежної політики антидопінгової діяльності, спрямованої на боротьбу із використанням допінгу в українському гандболі, і забезпечення підтримки цієї діяльності міжнародними організаціями (Міжнародний олімпійський комітет, Міжнародна Федерація гандболу, Європейська Федерація гандболу, Всесвітнє антидопінгове агентство, керівництво країни та інших організацій).

Підготував: Чижов Борис Миколайович

Дата 20.02.2017