

**Цільова комплексна програма підготовки збірної команди
України
з сучасного п'ятиборства
до Ігор XXXII Олімпіади у м. Токіо (Японія) 2020 р.**

Зміст

1. *Конкурентоздатність українських спортсменів*
2. *Методичні аспекти та планування підготовки спортсменів-кандидатів на участь в Іграх XXXII Олімпіади 2020 року. Система спортивних змагань*
3. *Підготовка спортсменів на заключному етапі*
4. *Система відбору кандидатів в олімпійську збірну команду України з сучасного п'ятиборства та стартові склади*
5. *Науково-методичне та медичне забезпечення підготовки спортсменів.*
6. *Кадрове забезпечення і підвищення професійної майстерності фахівців.*
7. *Фінансування олімпійської підготовки*
8. *Необхідні матеріально-технічні умови підготовки збірної команди України з сучасного п'ятиборства на олімпійське чотириріччя*
9. *Антидопінгове діяльність*

1. Конкуренездатність українських спортсменів.

Розвиток сучасного п'ятиборства у попередньому олімпійському циклі характеризується наступними напрямками і тенденціями.

Загострення конкуренції між країнами щодо завоювання олімпійських ліценцій. Право участі у Іграх XXXI Олімпіади здобули спортсмени 26 країн світу у чоловіків та жінок, як і в попередній Олімпіаді.

Раніше боротьба за призові місця на головних міжнародних змаганнях відбувалась між спортсменами Європи, але завдяки зростанню популярності у всьому світі та збільшенню учасників з інших країн зросла конкуренція з боку представників Азії та Америки.

За результатами головних міжнародних змагань 2013-2016 р.р. (чемпіонати світу, олімпійські ігри) до провідних країн світу слід віднести у чоловіків – Україну, Мексику, Францію, Угорщину, Росію, Чехію, Італію, Корею та Китай; у жінок – Росію, Австралію, Польщу, Китай, Угорщину, Великобританію, Литву, Латвію, Францію та США. Збільшилось коло спортсменів здатних втрутитися у боротьбі за олімпійські нагороди, серед яких немає явних фаворитів.

Таблиця 1

Виступ провідних спортсменів на Олімпіаді 2016 та їх світовий рейтинг:

прізвище	країна	Місто на ОІ	Світовий рейтинг після ОІ	
чоловіки				
Лесун Олександр	Росія	1	14	
Тимощенко П.	Україна	2	15	
Хернандес Ісмаїл	Мексика	3	5	
Прадес Валентин	Франція	4	1	
Де Лука Рікардо	Італія	5	25	
Догу Патрік	Німеччина	6	10	
Еспосіто Макс	Австралія	7	38	
Ланіган Артур	Ірландія	8	23	

Свобода Давід	Чехія	9	30	
Чонг Джозеф	Великобританія	10	19	
жінки				
Еспосіто Хлоя	Австралія	1	53	
Кловел Елод	Франція	2	2	
Новачка Октавія	Польща	3	43	
Чен К'ян	Китай	4	6	
Шлеу Аніка	Німеччина	5	5	
Френч Кет	Великобританія	6	16	
Коіл Наталі	Ірландія	7	21	
Сотеро Аліс	Італія	8	13	
Мюрей Саманта	Великобританія	9	20	
Потапенко Олена	Казахстан	10	39	

Призерами Олімпійських ігор стали спортсмени у віці 26-32 роки у чоловіків та 25-27 років у жінок, що дає змогу вважати цей віковий діапазон оптимальним для спортсменів, які знаходяться на етапах максимальної реалізації індивідуальних можливостей та збереження спортивних досягнень. Тобто, оптимальним віком претендентів до збірної команди для участі у Іграх XXXII Олімпіади на початок олімпійського циклу слід вважати спортсменів 23-28 років, та спортсменок 21-23 років.

Провідні спортсмени світу мають великий обсяг змагальної діяльності. Міжнародний календар змагань з сучасного п'ятиборства передбачає щорічне проведення великої кількості змагань, виступ на яких впливає на рейтинг спортсмена. Серед них головними є чемпіонат Світу, чемпіонати континентів, чотири етапи та фінал розіграшу Кубка Світу. Ці змагання відбуваються, як правило, протягом восьми місяців: березень - вересень.

Для змагальної діяльності сильніших п'ятиборців світу існує характерна тенденція щодо участі у 6-9 змаганнях вищого рівня, на яких не менш ніж у трьох вони потрапляють до першої шістки. Вирішенню проблеми поєднання участі у великій кількості міжнародних змагань, які враховуються

у рейтингу, та ефективно підготуватися до головного старту сприяє багато циклова побудова річних циклів.

У фехтуванні зростає напруженість боротьби, яка обумовлена розподілом залікових очок між спортсменами і результат в цьому виді програми суттєво впливає на остаточний розподіл місць серед спортсменів. Тому, призери важливіших міжнародних змагань здебільше мають високий рівень підготовленості у цьому виді п'ятиборства, який забезпечує здобуття перемог приблизно 70 % боїв. Для цих спортсменів характерна агресивна манера проведення бою на базі гарної психологічної та технічної підготовки. Більшість українських п'ятиборців мають гарну підготовку, але для досягнення високих спортивних результатів в фехтуванні, в двобої з іноземними спортсменами іноді *не вистачає саме психологічної підготовки, яка виявляється у невпевненості у собі, у своїх силах*, і як результат поразки у стартових поєдинках. *Ця перешкода може бути подолана через участь у сумісних зборах з п'ятиборцями провідних країн.*

У плаванні результати п'ятиборців зростають завдяки відбору (залучення кваліфікованих плавців до занять сучасним п'ятиборством), інтенсифікації підготовці в цьому виді. Питома вага плавання і надалі буде рости, а вже зараз середні результати лідерів у межах 2.05 с – 1.58 с.

У верховій їзді високий результат (на рівні 300 очок) є необхідною умовою завоювання призового місця в комплексі. Провідні п'ятиборці світу упевнено і надійно виступають у цьому виді комплексу, незалежно від особливостей підготовленості та характеру кінського складу. Досягнути такого рівня майстерності можливо через використання в підготовці до змагань не тільки українських а й іноземних фахівців з кінного спорту та використання кінського поголів'я в умовах проведення тренувальних зборів в провідних країнах світу.

Комбінований вид, який складається зі стрільби з бігом, являє собою останній вид виступу і стає одним з "ключових" видів у сучасному

п'ятиборстві, де високий результат закріплює успіх спортсмена та дозволяє йому значно покращити підсумковий результат. У стрільбі результати поступово наближаються до максимального значення зі зменшенням часу на використання пострілу серед спортсменів. За таких умов зростає конкуренція, що вимагає якісного виконання кожного пострілу з запобіганням навіть незначної помилки. Передмовою потрапляння спортсмена до призерів головних міжнародних змагань можна вважати результат не більше 10-14 секунд на виконання п'яти влучних пострілів. Покращенню результатів сприяє забезпечення п'ятиборців високоякісними лазерною зброєю. У бігу, так само, як і в плаванні, спостерігається неухильний ріст результатів.

Таблиця 2

*Аналіз виконання планових завдань по роках щодо спортсменів України
чемпіонатах світу, Європи та Олімпійських іграх*

	Прізвище, ім'я, по батькові	2013			2014			2015			2016			Олім. Ігри 2016	Світовий рейтинг 2016 р.
		ЧС	ЧЄ	ФКС	ЧС	ЧЄ	ФКС	ЧС	ЧЄ	ФКС	ЧС	ЧЄ	ФКС		
чоловіки															
1	Тимощенко Павло (план 1-6)			3,1	11	3	2	1 л		2	26	6	25	2	15
2	Кірпулянський Дмитро (план 1-6)				19							14			80
3	Федечко Андрій							3 л	28		61		35	26	49
4	Федечко Юрій								25			28			69
5	Павлюк Денис					10			17	27	15		11		33
жінки															
1	Терещук Вікторія (план 1-6)			1		2				24		70			
2	Спас Анастасія		3		12	12			33	7 л				30	103
5	Пермикіна Валерія											20			47

Таблиця 3

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

	Вид програми, дисципліна	2017		2018		2019		2020	
		ЧС, ЧЄ, КС		ЧС, ЧЄ, КС		ЧС, ЧЄ, КС		Олімпійські ігри	
		план	Вик.	план	Вик.	план	Вик.	план	Вик.
1	Особисті змагання	1-3, 4-6		1-3, 4-6		1-3, 4-6		1-3, 4-6	

Цільова мета підготовки збірної команди України з сучасного п'ятиборства:

- отримати максимальну кількість олімпійських ліцензій;
- завоювати одну медаль на Іграх XXXII Олімпіади 2020 року.
-

Таблиця 4

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

	Прізвище, ім'я, по батькові	Дата народ.	Регіон	ФСТ, відомство	Результат на ОІ 2016		Світовий рейтинг	Результат на ОІ 2020 (план)
					план	вик		
1	Тимощенко Павло	1986	Київ	Динамо	1-3	2	15	1-3
2	Кірпулянський Дмитро	1985	Дон.о-Київська.о	Динамо	4-6	-	80	4-6
3	Павлюк Денис	1992	Київ	ЗСУ-Динамо			33	1-3
4	Федечко Андрій	1990	Львів	ЗСУ		26	49	1-3
5	Федечко Юрій	1992	Київ-Львів	ЗСУ			69	4-6
6	Пермикіна Валерія	1993	Київ-Львів	ЗСУ-Спартак			47	4-6
7	Спас Анастасія	1993	Київ-Дон.о.	ЗСУ-Динамо		30	103	4-6

Під змагальною моделлю спортсмена у сучасному п'ятиборстві розуміється оптимальне співвідношення спортивних результатів у всіх п'яти видах багатоборства. Виділяють чотири групи п'ятиборців:

I група «координаційна» - спортсмени, які досягають успіху в сумі п'ятиборства за рахунок високих результатів у фехтуванні, стрільбі та верховій їзді. До цієї групи відноситься Кіпрулянський Д.;

II група «циклічна» - багатоборці, які показують високі результати у багатоборстві завдяки переважного проявлення витривалості у плаванні та бігу. До цієї групи відноситься Павлюк Д., Федечко Ю.

III група «змішана» - п'ятиборці, які набирають найбільшу суму в одному з циклічних видів та в декількох складно-координаційних дисциплінах. Представниками цієї групи є Тимощенко П. і Спас А.

IV група «рівна» - спортсмени, які показують вище середнього результати у всіх п'яти дисциплінах п'ятиборства. Представником цієї групи є Федечко А. і Пермикіна В.

З урахуванням приналежності до тієї чи іншої групи та на основі аналізу спортивних результатів були розроблені індивідуальні моделі змагальної діяльності для спортсменів

Для Тимощенко П. прогнозується результат 1470-1490 очок. Цей результат забезпечить фехтування з 23-25 перемогами, плавання з результатом 2.05-2.07 сек., у конкурі не більше однієї помилки, результат в комбайні 11.00– 11.20 хв. сек.

Кіпрулянський Д. має можливість вийти на результат 1455-1470 очки. Складовими цієї суми є фехтування з 27-29 перемогами, плавання з часом 2.03-2.05 сек., у конкурі не більше однієї помилки, результат в комбайні 11.50 – 12.00 хв. сек.

Федечко А. має можливість вийти на результат 1465-1475 очки. Складовими цієї суми є фехтування з 22-24 перемогами, плавання з часом

2.03-2.05 сек., у конкурі не більше однієї помилки, результат в комбайні 11.10 – 11.20 хв. сек.

Павлюк Д. та Федечко Ю. мають можливість вийти на результат 1465-1475 очки. Складовими цієї суми є фехтування з 21-23 перемогами, плавання з часом 2.00-2.02 сек., у конкурі не більше однієї помилки, результат в комбайні 11.00 – 11.15 хв. сек.

Спас А. має можливість вийти на результат 1345-1360 очки. Складовими цієї суми є фехтування з 26-28 перемогами, плавання з часом 2.14-2.15 сек., у конкурі не більше однієї помилки, результат в комбайні 12.50 – 13.00 хв. сек.

Для Пермикіної В. прогнозується результат 1345-1360 очок. Цей результат забезпечить фехтування з 21-23 перемогами, плавання з результатом 2.16-2.18 сек., у конкурі не більше однієї помилки, результат в комбайні 12.35– 12.40 хв. сек.

Усі спортсмени мають можливість потрапити до першої шістки, а при сприятливих умовах, і на завоювання олімпійської нагороди.

Аналіз спортивних результатів українських спортсменів на головних міжнародних змаганнях 2013-2016 рр. свідчить що головними претендентами на потрапляння до олімпійської збірної команди 2020 р. залишаються учасники попередньої Олімпіади.

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

У кожному річному циклі спортсмени будуть брати участь у 7–10 змаганнях, серед них головні (Ігри Олімпіади, чемпіонати світу, чемпіонати Європи та фінали Кубку світу) – 2–3, відбіркові, модельні (етапи Кубку світу) – 2–4, контрольньо-підготовчі (чемпіонати України, відкриті чемпіонати інших країн) – 3–4.

Головна спрямованість річних циклів:

2016–2017 рр. – визначення кандидатур спортсменів, які візьмуть участь в Іграх XXXII Олімпіади, опанування нових тренувальних

Фехтування, бої		685		700		700		640	
Верхова їзда, стрибки		196		240		240		220	
Плавання, км		4		6		6		5,5	
Стрільба, постріли		400		600		600		550	
Біг, км		54		60		60		55	
Загальний обсяг:									
Фехтування, бої		7200		7250		7280		7260	
Верхова їзда, стрибки		2936		3030		3060		3020	
Плавання, км		594		626		626		615,5	
Стрільба, постріли		9200		9450		9500		9450	
Біг, км		1914		1950		1950		1925	
Контрольні нормативи, очки	чол.	1450		1460		1470		1480	
	жін.	1340		1350		1360		1370	

Для молодих спортсменів, які знаходяться на етапі підготовки до вищих досягнень або на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей, кожний наступний рік підготовки буде відрізняється від попереднього більш високим сумарним навантаженням (до третього року) та підвищенням його специфічності - збільшенням частки спеціальної підготовки в загальному обсязі роботи, розширенням змагальної практики, зміною характеру засобів і методів підготовки (до четвертого року).

Для досвідчених спортсменів, які знаходяться на етапі збереження вищої спортивної майстерності і поступового зниження результатів, сумарний обсяг роботи буде знижено, тренувальний процес буде спрямовано на максимально можливе використання якісних характеристик тренувального процесу, пошук і реалізацію прихованих резервів у техніко-тактичній, фізичній та психологічній підготовленості Перший рік в основному буде присвячено фізичному і психічному відновленню, лікуванню травм. Другий рік буде спрямований на часткове відновлення втраченого рівня фізичної підготовленості, вдосконалення технічної майстерності, пошук резервів подальшого вдосконалення, розробку перспективних моделей змагальної діяльності. Третій рік буде характеризується великим сумарним об'ємом тренувальної роботи з переважною увагою до вдосконалення базових компонентів фізичної та техніко-тактичної підготовленості. Четвертий рік циклу буде будуватися на матеріалі великої за інтенсивністю роботи з детально розробленою структурою річної підготовки, орієнтованої на досягнення найвищих результатів в головних змаганнях.

3. Підготовка спортсменів на заключному етапі

Заключний цикл підготовки до Ігор XXXII Олімпіади розпочнеться з вересня місяця 2019 р. після останнього головного старту попереднього сезону (чемпіонат світу) та перехідного періоду і буде тривати 11 місяців. Тривалість макро-, мезо та макроциклів буде визначена з урахуванням завойованих олімпійських ліцензій у попередньому річному циклі та міжнародного календаря змагань на 2020 р.

У структурі циклу виділяються два відносно самостійних макроцикли: I макроцикл – підготовка та участь у етапах Кубка світу та чемпіонаті світу з метою отримання олімпійських ліцензій; II макроцикл – підготовка та участь в Іграх Олімпіади у Токіо.

Перший макроцикл складається з підготовчого, змагального та перехідного періодів.

У *підготовчому періоді* послідовно вирішуються наступні завдання - підвищення базових компонентів підготовленості, усунення диспропорції в структурі спеціальної фізичної підготовленості, розвиток переважних компонентів в руховій функції, удосконалення в усіх видах п'ятиборства. В структурі періоду виділяються п'ять мезоциклів: втягуючий, три базових та контрольньо-підготовчий. У структурі *втягуючого мезоциклу* три втягувальні мікроцикли, які мають загально підготовчу спрямованість. Основні заняття проводяться з верхової їзди, бігу, плавання, загальної фізичної підготовки. Навантаження у мікроциклах – поступово збільшується від малого (I-й мікроцикл, 20-30% від макс.) до значного (III-й мікроцикл, 60-75 %). У *першому базовому мезоциклі* спрямованість основних занять – підвищення базових компонентів у всіх дисциплінах. У структурі мезоциклу виділено два ударних (навантаження значне (60-75%)) та відновлювальний (навантаження – мале (20-30%)) мікроциклів. У *другому базовому мезоциклі* спрямованість основних занять – усунення диспропорції в структурі спеціальної фізичної підготовленості. У мезоциклі виділено ударний (навантаження - велике (100%)) та відновлювальний (навантаження мале - (20-30%)) мікроцикли. У *третьому базовому мезоциклі* спрямованість основних занять – розвиток у спортсменів переважних компонентів рухової функції. Заплановано три ударних мікроцикли (навантаження 1-ого мікроциклу значне (60-75%), 2-3-ого - велике (100%)) та відновлювальний мікроцикл (навантаження - мале (20-30%)). У *контрольно-підготовчому мезоциклі* спрямованість основних занять – удосконалення спеціальної підготовленості в усіх видах багатоборства. Заплановано три ударних мікроцикли (у двох мікроциклах навантаження - значне (60-75%); у третьому - велике (100%)) та відновлювальний мікроцикл (навантаження середнє (50-60%)).

У *змагальному періоді*, крім підготовки та участі у відбіркових змаганнях щодо попадання на Ігри XXXII Олімпіади, заплановано подальше удосконалення спеціальної підготовленості спортсменів, а саме вирішення

таких завдань: удосконалення економічної та варіабельної техніки рухів в умовах напруженої боротьби; підвищення тактичної майстерності; поліпшення функціональних можливостей організму; виховання вольових якостей, набування психологічної стійкості. Під час підготовки до кожного змагання для кожного спортсмена буде визначатися завдання, які саме він буде вирішувати. В структурі змагального періоду виділяється чотири типи мезоциклів: контрольньо-підготовчий, передзмагальний, змагальний з участю в етапах Кубка світу, контрольньо-підготовчий, передзмагальний та участь у Чемпіонаті світу. Основний обсяг роботи складається з інтегральної підготовки (біля 50% від загального обсягу роботи), підтримання базових компонентів підготовленості (біля 20 %), компенсаторно-відновлювальна робота та використання рекреаційних засобів та відновлювальних процедур (біля 30 %).

У *контрольно – підготовчому мезоциклі* заплановано три мікроцикли: втягуючий (навантаження – середнє (50-60%)), ударний (навантаження – значне (80-85%)) та відновлювальний (навантаження – мале (30%)). У *передзмагальному мезоциклі* основна спрямованість – інтегральна підготовка до рейтингових змагань - етапів Кубка світу. Планується відновлювальний мікроцикл (навантаження – мале (30%)), ударний (навантаження - велике (100%)) та підходящий (навантаження – мале (30%)) мікроцикли з урахуванням календаря змагань. *Змагальний мезоцикл* передбачає участь у 2-3 х рейтингових змаганнях відбору до Ігор Олімпіади. Основна спрямованість: забезпечення оптимальних умов передзмагальної підготовки, участі у змаганнях та відновлення після них. Після змагань плануються відновлювальні мікроцикли (навантаження – середнє (40-50%)). У *контрольно-підготовчому мезоциклі*, з якого розпочнеться підготовка до чемпіонату світу заплановано три мікроцикли: втягуючий (навантаження – середнє (50-60%)) та два ударних (навантаження у I-у мікроциклі значне (70-80%), у II-у – велике (100%)). У *передзмагальному мезоциклі* основна спрямованість – інтегральна підготовка з наближенням до режиму майбутніх змагань, активний відпочинок, психологічне налаштування. Планується три мікроцикли: відновлювальний (навантаження – мале (30%)), ударний (навантаження – значне (70-80%)), підходящий (навантаження – середнє (40-60%)) та у Чемпіонаті світу.

У *перехідному періоді* основна спрямованість тренувального процесу забезпечення – оптимальних умов для перебігу відновлювальних процесів в організмі спортсмена після чемпіонату світу. У структурі періоду виділяють один *відновлювальний мезоцикл* із зниженням тренуваності за рахунок звуження засобів спеціальної підготовки й переважного використання загальнофізичних вправ.

Мета **другого макроциклу** досягнення найвищого рівня готовності до стартів у дні змагань Ігор XXXII Олімпіади. Завдання, які вирішуються на етапі: забезпечення необхідних організаційних та матеріально-технічних

умов для реалізації намічених планів; удосконалення техніко-тактичних навичок і фізичних якостей; створення і підтримка психологічної готовності до змагань; забезпечення акліматизації та адаптації до клімато-географічних умов Токіо. Підготовку у даному макроциклі орієнтовано на збереження базових компонентів підготовленості, максимально доступний розвиток спеціальних якостей, збереження повноцінного відновлення і досягнення найвищого рівня адаптації та готовності до стартів під час Ігор Олімпіади.

У структурі макроциклу виділяються чотири мезоцикли: втягуючий, базовий, контрольно-підготовчий, передзмагальний та участь в Іграх Олімпіади. Основна спрямованість *втягуючого мезоциклу* підготовка організму спортсменів до перенесення напруженої роботи базового характеру у наступному мезоциклі. У структурі виділяють 2 втягуючих мікроцикли (навантаження - середнє (30-40%). З *базового мезоциклу* розпочнеться етап безпосередньої підготовки до Ігор Олімпіади, тривалість якого буде визначатися інтервалом між чемпіонатом світу та Іграми. Основна спрямованість першого мезоциклу - базова, яка характерна для двох перших мезоциклів підготовчого періоду першого макроциклу. Основний обсяг засобів (50-60%) носить загальнопідготовчий характер та сприяє збереженню функціонального фундаменту, який закладено на початку річного циклу. У структурі мезоциклу передбачено ударний (навантаження – значне (70-80 %)) та відновлювальний мікроцикл (навантаження мале (20-30%) мікроцикли. Наприкінці першого та на початку другого мезоциклів запланована участь у контрольно-підготовчому старті - Чемпіонаті Європи. Основна спрямованість *контрольно-підготовчого мезоциклу* – мобілізація наявного у спортсменів адаптаційного резерву при виконанні граничних навантажень спеціальної спрямованості. Для цього заплановано 2 ударних мікроцикли (навантаження – велике (100%). Мезоцикл закінчується перельотом до Токіо за 10 днів до старту. У *передзмагальному мезоциклі* основна спрямованість тренувального процесу повноцінне фізичне та психічне відновлення після великих навантажень попереднього мезоциклу. Не вирішуються ніякі принципові тренувальні завдання. Індивідуальний обсяг тренувальних засобів спеціальної спрямованості пов'язано з відпрацюванням техніко-тактичних деталей майбутньої змагальної діяльності. Заплановано 2 мікроцикли: відновлювальний (4 дні, обсяг роботи – 8-12 год., навантаження – мале 20-30%), який обумовлено часовим стресом та реакцією організму до кліматичних умов Токіо, та підводячий (6 днів, обсяг роботи 14-18 год., навантаження – мале (30-35%)).

4. Система відбору кандидатів в олімпійську збірну команду України з сучасного п'ятиборства та стартові склади

В основу відбору кандидатів у національну збірну команду покладено принцип урахування й якісної оцінки кращих спортивних результатів, яких домоглися спортсмени на всеукраїнських і міжнародних змаганнях. Виділено попередній і заключний етапи відбору. На попередньому етапі головним тренером сумісно з тренерською радою збірної команди України відбирається не менш ніж подвійний склад кандидатів. На заключному етапі він скорочується до кількості, яким регламентується склад команди на майбутніх головних змаганнях року з урахуванням одного (двох) запасних.

До збірної команди України з сучасного п'ятиборства залучаються спортсмени, які виконують наступні загальні умови:

1. Виконують план індивідуальної підготовки протягом сезону.
2. Мають високі морально-вольові якості та психологічну витримку на етапах підготовки та головних стартах сезону.
3. Дотримуються етичних та моральних норм поведінки.
4. Виконують вимоги запланованих медичних обстежень протягом сезону та дотримуються правил антидопінгового контролю.

5. Регулярно проходять медичний огляд, виконують рекомендації лікаря збірних команд, а також антидопінгові правила та вимоги Всесвітньої антидопінгової агенції (WADA).

Кожному спортсмену зараховується 3 найкращих результати, показаних на змаганнях протягом одного року. Всі змагання в рейтингу Федерації сучасного п'ятиборства України взаємозаміняються зі збереженням річного циклу.

Необхідно визначити, що кандидати збірної команди України до підготовки і участі в Іграх Олімпіади 2020 р. року визначаються за системою етапного відбору. Це надасть можливість максимально використати потенціал фахівців, тренерів, науковців України, які працюють в спортивних товариствах, відомствах, клубах, у збірній команді України з талановитими молодими

спортсменами. Залучати всі резерви для пошуку молоді, гідної відстоювати український спорт на Олімпіаді 2020 року.

Головною метою системи відбору є об'єктивне визнання найсильнішого складу збірної команди України з сучасного п'ятиборства для участі та успішному виступі у міжнародних кваліфікаційних змаганнях, етапах Кубка світу, чемпіонатах Європи та світу, а також визначення рейтингу спортсменів.

Рейтинг спортсмена визначається згідно з таблицями, які додаються з урахуванням розподілу змагань на такі категорії:

1-а категорія: Олімпійські ігри, чемпіонати світу, фінал Кубка світу (табл. 1)

2-я категорія: чемпіонати континентів, етапи Кубка світу, чемпіонат світу серед юніорів юнаків та дівчат, всі змагання категорії А (згідно з міжнародною класифікацією) (табл. 2)

3-я категорія: чемпіонати України, **Відкритий чемпіонат Польщі, Відкритий чемпіонат Німеччини, Відкритий Кубок республіки Білорусь, Відкритий кубок Будапешту**, літні чемпіонати України серед юніорів юнаків та дівчат, і чемпіонат Європи серед юніорів, юнаків та дівчат (табл. 3)

4-а категорія: Кубок України, командний чемпіонат України серед дорослих, чемпіонати України серед юніорів, юнаків та дівчат, міжнародні змагання, які не належать до категорії А (згідно з міжнародною класифікацією, спортивного календаря Міжнародної Федерації сучасного п'ятиборства (UIPM) і Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів України на поточний рік) (табл. 6).

Таблиця 1			Таблиця 3		
1-е місце – 80 очко	13 – 46 очок	25 – 31	1-е місце – 40 очок	13 – 18 очок	25 – 6 очок
2 – 75	14 – 44	26 - 30	2 – 36	14 – 17	26 - 5
3 – 70	15 – 42	27 - 29	3 – 33	15 – 16	27 - 4
4 – 66	16 – 40	28- 28	4 – 31	16 – 15	28 - 3
5 – 63	17 – 39	29 - 27	5 – 29	17 – 14	29 – 2
6 – 60	18 – 38	30 - 26	6 – 27	18 – 13	30 – 36-е місце
7- 58	19 – 37	31 - 25	-1 очко	19 - 12	
8 – 56	20 – 36	32 - 24	7 – 25	20 – 11	
9 – 54	21 – 35	33 - 23	8 – 23	21 - 10	
10 – 52	22 – 34	34 - 22	9 – 22	22 - 9	
11 – 50	23 – 33	35 - 21	10 – 21	23 - 8	
12 – 48	24 – 32	36 -20	11 – 20	24 – 7	
			12 – 19		

Таблиця 2			Таблиця 4		
1-е місце – 60 очок 23 очка	13 – 35 очок	25 –	1-е місце – 20 очок – 1 очко	8 – 8 очок	15-20 місце
2- 55 22	14 – 34	26 -	2 – 17	9 - 7	
3 – 51 21	15 – 33	27 -	3 – 15	10 - 6	
4 – 48 20	16 – 32	28 -	4 – 13	11 - 5	
5 – 46 19	17 – 31	29 -	5 – 11	12 - 4	
6 – 44 18	18 – 30	30 -	6 – 10	13 - 3	
7 – 42 17	19 – 29	31 -	7 – 9	14 – 2	
8 – 40 16	20 – 28	32 -			
9 – 39 15	21 – 27	33 -			
10 – 38 14	22 – 26	34 -			
11 – 37 13	23 – 25	35 -			
12 – 36 12	24 – 24	36 -			

Очки в рейтинг спортсменів нараховуються за виступ на змаганнях внесених до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів України. У разі набрання спортсменами однакової суми рейтингових очок, при комплектуванні команди остаточне рішення приймається тренерською радою та Головним тренером.

У зв'язку з недостатньою конкуренцією серед жінок, спортсменки потрапляють до збірної команди України з сучасного п'ятиборства для участі у міжнародних змаганнях при умові виконання кваліфікаційних нормативів системи відбору у жінок.

Таблиця 7

Кваліфікаційні нормативи результатів на міжнародних змаганнях у жінок

Фехтування	Плавання		Лазер-ран	
	Басейн 25м	Басейн 50м	закрите приміщення	відкрите повітря
220 очок	2.17.00 сек.	2.20.00 сек.	12хв.40сек.	відставання від лідера не більше 40 сек.

Або набрати підсумкову суму очок в чотирьох видах програми змагань (без урахування очок в конкурі), не менше:

1092 очка - за умови проведення змагань комбінованого виду в л/а манежі, плавання в басейні 25 м.

1080 очок - за умови проведення змагань комбінованого виду в л/а манежі, плавання в басейні 50 м.

Або набрати підсумкову суму очок в двох видах програми змагань (без урахування очок в конкурі та комбінованому виді), не менше:

513 очок - (плавання в басейні 25 м.), та час відставання в комбінованому виді не менше 40 сек. від лідера в цьому виді програми.

501 очко - (плавання в басейні 50 м.), та час відставання в комбінованому виді не менше 40 сек. від лідера в цьому виді програми.

Очки в рейтинг спортсменів не нараховуються за виступ на змаганнях що мають обмежений доступ (CISM, Кубок Кремля, Чемпіонат Чемпіонів та інші змагання за особистим запрошенням організаторів).

Для спортсменів, що не потрапили у фінал на міжнародних змаганнях, нараховуються штрафні очки - по 0.5 очка за кожне нижчестояще місце, згідно з загальним протоколом результатів усіх півфіналів (але не більше 12 очок штрафу). Наприклад - спортсмен, який посів у загальному протоколі 37-е місце - отримує 0.5 очка штрафу (за умови участі 36-ти у фіналі), 38-е місце - 1 очко і т.д. Виключенням є випадки, коли це відбувається з причин, не залежних від спортсмена (отримана в процесі змагань травма, засвідчена лікарем або несправність обладнання, наданого організаторами змагань).

У разі травми, хвороби та інших форс-мажорних обставин, спортсмен потрапляє до складу збірної команди України за рішенням тренерської ради Федерації сучасного п'ятиборства України і Головного тренера.

При рівній кількості очок, рішення про участь спортсменів у змаганнях приймається тренерською радою Федерації сучасного п'ятиборства України і Головним тренером.

Примітки:

1. При рівній кількості голосів тренерської ради Федерації сучасного п'ятиборства України під час відбору до збірної команди України на всі офіційні міжнародні змагання вирішальним є голос головного тренера збірної команди.

2. Спортсмен, який виконав вищевказані вимоги, а на завершальному НТЗ знизив свої спортивно-технічні результати, може бути замінений іншим

спортсменом за рішенням головного тренера та тренерської ради Федерації сучасного п'ятиборства України.

3. Усі протести, які були подані в письмовій формі, розглядаються на засіданні тренерської ради та Президії Федерації сучасного п'ятиборства України.

Таблиця 8

- Стартові склади до збірної команди України з сучасного п'ятиборства

	Прізвище, ім'я, по батькові	Рік народження	Реґіон	ФСТ, відомство	Номер програми	Кращий результат 2016
	чоловіки					
1	Тимошенко Павло	1986	Київ	Динамо		2 - ОІ
2	Кірпилянський Дмитро	1985	Дон.о-Київська.о	Динамо		14-ЧЄ
3	Федечко Андрій	1990	Львів	ЗСУ		13-КС
4	Федечко Юрій	1992	Київ-Львів	ЗСУ		18-КС
5	Павлюк Денис	1992	Київ	ЗСУ-Динамо		11-ФКС
	жінки					
1	Спас Анастасія	1993	Дон.о-Київ	ЗСУ-Динамо		30-ОІ
2	Пермикіна Валерія	1993	Київ-Львів			20-ЧЄ
	Юніори 1996 р.н. (участь у міжнародних змаганнях 3-я категорія)					
1	Ридванський Владислав	1996	Дніпр-ська о.	Динамо		11-ЧЄю
2	Товкай Олександр	1996	Київ	ЗСУ		2-ЧУю
3	Балюк Дмитро	1996	Львів	ЗСУ		4-ЧУю

5. Науково-методичне та медичне забезпечення підготовки спортсменів.

Науково-методичне (НМЗ) та медичне забезпечення підпорядковано досягненню основної мети спортивної підготовки – успішному виступу збірної команди України з сучасного п'ятиборства на головних міжнародних змаганнях (Іграх Олімпіади, чемпіонатах світу, чемпіонатах Європи, фіналах Кубка світу).

Метою науково-методичного забезпечення визначено підвищення ефективності спортивної підготовки шляхом одержання і використання нових знань і технологій, що ґрунтуються на передових досягненнях

спортивної науки, суміжних дисциплін, досвіду практики та науково-технічного прогресу.

Основними напрямками НМЗ визнано:

- розробка та реалізація на практиці системи спортивної підготовки за допомогою спортивно-педагогічних технологій;
- визначення та впровадження комплексу медико-біологічних заходів, спрямованих на збереження стану здоров'я та підвищення функціональних можливостей спортсменів;
- пошук та використання технологій психологічної науки та практики, спрямованих на мобілізацію психічних резервів підвищення ефективності тренувальної та змагальної діяльності спортсменів;
- збір та надання достовірної інформації для розробки, прийняття та реалізації управлінських рішень у системі спортивної підготовки;
- вивчення та врахування попиту та пропозицій на матеріально-технічні ресурси необхідної якості і кількості;
- визначення організаційно-управлінських засад, що забезпечують цілеспрямоване функціонування системи спортивної підготовки.

Завданнями медичного забезпечення як складової НМЗ є:

- відбір та селекція спортсменів, здатних витримувати великі фізичні й психоемоційні навантаження без шкоди для здоров'я;
- оцінка здоров'я, функціональних можливостей, впливу навантажень на організм спортсменів;
- проведення медико-біологічного контролю за функціональним станом, загальною та спеціальною працездатністю, здоров'ям спортсменів, застосуванням ними фармакологічних препаратів;
- запобігання травматизму й захворювань спортсменів у процесі спортивної діяльності;
- інформування про використання заборонених речовин і методів;
- корекція функціонального стану й відновлення спортсменів;

- стимуляція росту й довготривалого збереження високої працездатності спортсменів;
- визначення оптимальних величин навантажень тощо.

При виконанні поставлених завдань важливим є дотримання таких принципів: цілісності (розгляд підготовки спортсменів як цілісного утворення, яке відображає структуру і внутрішні зв'язки тренувального процесу, змагальної діяльності та системи забезпечення), повноти (надання повного спектра послуг, необхідних для ефективної підготовки спортсменів), перманентності (постійне і безперервне обслуговування, не допускає хаотичної і фрагментарної діяльності), інноваційності (впровадження нововведень у систему спортивної підготовки).

У навчально-тренувальному процесі п'ятиборців планується застосовувати наступні показники, які представлено у табл. 9.

Таблиця 9

- Показники контролю підготовки спортсменів-кандидатів на участь в Іграх XXXII Олімпіади

Змагальна діяльність — цілому	в	Результат і місце — загальні та у дисциплінах п'ятиборства; дані педагогічних спостережень, суб'єктивна оцінка спортсмена
В тому числі: стрільба		Величина і місце знаходження попадання у мішені; час виконання пострілу; оцінка елементів техніки стрільби та дій стрільця
фехтування		Обсяг і результативність різних бойових дій; оцінка техніки бойових дій та відповідності прийнятих рішень до ситуацій бою; час проведення боїв
плавання		Час подолання “стартового” 10 метрового відрізка, “поворотних” 7 метрових відрізків; швидкість на відрізках; темп плавання (кількість гребків за 1 хв.); “крок” плавання (см); оцінка техніки елементів плавання, старту, поворотів
верхова їзда		Оцінка техніки їзди на дистанції між перешкодами, підходу до перешкоди (12–16 м), подолання перешкоди, відновлення рівноваги системи “вершник-кінь”; різниця між результатами спортсменів, які їхали на тому ж самому коні
біг		Швидкість на відрізках (200–1000 м), темп бігу і

	довжина кроку; оцінка техніки бігу на дистанції, вгору, вниз (бал.)
Рівень підготовленості	
Спеціально-фізична підготовленість:	
фехтування (швидкісні та координаційні здібності, витривалість)	Час реакції (мс), швидкість виконання (м/с) і точність уколів (відношення кількості попадань у коло діаметром 10 см до кількості спроб) при виконанні бойових дій; час пересування у бойовій стійці стрибками; середній час тесту "3 х 5" (5-кратне безперервне виконання атак з дистанції 4 м — крок вперед, стрибок вперед, випад) з нанесенням уколу у мішень і повертання на вихідну лінію, яке повторюється три рази з інтервалами 15 с
стрільба(статична витривалість, координаційні здібності)	Час утримання пістолета в точці прицілювання; відношення кількості попадань у мішень при стрільбі з заплющеними очима до загальної кількості спроб
верхова їзда (статична витривалість, координаційні здібності)	Час їзди риссю, галопом без стременів; кількість виконаних стрибків через перешкоди без стременів до порушення структури рухів
плавання (швидкісні, анаеробні, аеробні та силові здібності)	Середній час (с) та абсолютна швидкість (м/с) при плаванні відрізків у тесті "3 х 25 м" (відпочинок 2 хв.), відношення швидкості на відрізу 75 м до абсолютної швидкості, відношення середньої швидкості у тесті "4 х 50 м" (відпочинок 10 с) до абсолютної швидкості, відношення середньої швидкості у тесті "10 х 50 м" (відпочинок 30 с) до абсолютної швидкості; максимальна сила тяги і силова витривалість при плаванні на прив'язі протягом 30 с
біг (швидкісні, анаеробні та аеробні здібності)	Середній час (с) і абсолютна швидкість (мс) бігу на відрізках у тесті "3 х 30 м"; відношення швидкості на відрізу 400 м до рівня абсолютної швидкості; відношення середньої швидкості у тесті "3 х 300 м" (відпочинок 60 с) до абсолютної швидкості; відношення середньої швидкості у тесті "10 х 300 м" (відпочинок 60 с) до абсолютної швидкості
Техніко-тактична підготовленість:	
фехтування	Експертна оцінка за п'ятибальною шкалою: техніки виконання основних положень, пересувань, рухів зброєю, атак і контратак, захистів, відповідей; тактичних дій розвідки, маскування, виклику, атаки,

	зустрічних атак, захистів і відповідей; техніки виконання фехтувальної фрази без підготовки з партнером, аналізу фехтувальних фраз; тактичної зумовленості дій спортсмена при використанні прийомів у двобої
стрільба	Експертна оцінка за п'ятибальною шкалою: вихідного положення для стрільби, прицілювання, управління натиском на спусковий гачок і дихання, узгодженості дій; площина купчастості стрільби, варіативність часу виконання пострілу; різниця між відміткою пострілу і фактичним влучанням у мішень
верхова їзда	Експертна оцінка за п'ятибальною шкалою і посадки вершника, слухності застосування засобів керування конем при виконанні стройових дій, їзді різними алюрами, подоланні перешкод; тактики ведення коня за маршрутом, підходу до перешкоди та відходу від неї
плавання	Експертна оцінка за п'ятибальною шкалою положення плавця у воді, рухів руками та ногами, дихання, узгодженості дій, стартового стрибка, повороту; довжина ковзання після старту; співвідношення довжини "кроку" і темпу виконання гребків при пропливанні трьох 25 м-х відрізків з різною швидкістю
біг	Експертна оцінка за п'ятибальною шкалою положення тулуба, рухів руками та ногами, дихання, узгодженості дій під час бігу по рівній місцевості, вгору, вниз; тактики бігу; співвідношення довжини кроку і темпу бігу при пробіганні трьох 100 м-х відрізків з різною швидкістю
Психологічна підготовленість	Показники спостережень за проявом особистісних і вольових якостей на тренувальних заняттях і змаганнях: прагнення до лідерства, емоційна стійкість, самоконтроль, уміння концентруватися, рівень напруженості, рівень домагань; схильність до ризику тощо; стабільність виступу на змаганнях; різниця між результатами, які були показані на тренувальних заняттях, контрольних заняттях, змаганнях, між півфінальними та фінальними стартами
Функціональний стан	Показники функціональних проб (ортопроби, тест-проби на велоергометрі, тредбані, PWC170 тощо); частість серцевих скорочень, дихання; артеріальний тиск, ритм роботи серця; час сенсорних реакцій, фізіологічний тремор; тепінг-тест; точність диференціації зусиль, амплітуд рухів чи часового

	інтервалу; тонус м'язів; біохімічні показники крові; дані спостережень; суб'єктивна оцінка спортсмена
Обсяг змагальних навантажень	Кількість змагань: підготовчих, контрольних, відбіркових, головних; кількість стартів; кількість пострілів, стрибків через перешкоди, фехтувальних боїв; плавальний і біговий обсяг; кількість днів змагань
Обсяг тренувальних навантажень:	
фехтування	Кількість тренувальних занять, годин, тренувальних і контрольних боїв; кількість і тривалість індивідуальних занять; загальна тривалість фехтувальних спеціально-підготовчих вправ
стрільба	Кількість тренувальних занять, годин, тренувальних і контрольних пострілів; загальна тривалість стрілецьких спеціально-підготовчих вправ
верхова їзда	Кількість тренувальних занять, годин, тренувальних і контрольних стрибків, загальна тривалість манежної їзди
плавання, біг	Кількість тренувальних занять, годин; загальний обсяг плавання (бігу); обсяг плавання (бігу) у зонах інтенсивності: 1-а — ЧСС до 130 уд/хв (відновлювальна спрямованість); 2-га — ЧСС 140–160 уд/хв (аеробна спрямованість); 3-тя — ЧСС 160–180 уд/хв (анаеробна спрямованість); 4-а — ЧСС більше 180 уд/хв (вправи зі швидкістю, близькою до змагальної); 5-та — спринтерські вправи
Стан здоров'я	Дані комплексної чи відбіркової диспансеризації; результати лікарського контролю, педагогічних спостережень; суб'єктивна оцінка спортсмена

Програми обстежень спортсменів-кандидатів на участь в Іграх XXXII Олімпіади приведено в табл. 10.

Таблиця 10

Програми обстежень спортсменів-кандидатів на участь в Іграх XXXII
Олімпіади

№	Форми НМЗ	Методи дослідження	Показники, що реєструються	Апаратура
1	Обстеження змагальної діяльності (ОЗД)	Хронометрія, пульсометрія, відеозйомка, аналіз протоколів змагань, біохімічний аналіз крові	дані педагогічних спостережень за компонентами структури ЗД, ЧСС, рівень лактату у крові	Хронометри, пульсометри Polar S 810i, цифрова відеокамера, лактометр
2	Комплексне поглиблене обстеження (КПО)	Газоаналіз, ергометрія, пульсометрія, біохімічний аналіз крові, реокардіографія, векторкардіографія, електрокардіографія, хронорефлексометрія, стабілографія	Фізіологічні та біохімічні показники, які функціональний стан та резервні можливості організму спортсменів	Газоаналітичний комплекс, тредбан, пульсометри Polar S810, фотометр, реоаналізатор, електрокардіограф, комплекси «Стабілан», «Прогноз»
3	Етапне комплексне обстеження	Педагогічне та фізіологічне тестування, газоаналіз, ергометрія, пульсометрія,	Фізіологічні та біохімічні показники, які характеризують	Газоаналітичний комплекс, тредбан, пульсометри Polar
	(ЕКО)	біохімічний аналіз крові	рівень підготовленості спортсменів	S810, фотометр
4	Поточне обстеження (ПО)	Біохімічний аналіз крові, газоаналіз, варіаційна пульсометрія, рефлексометрія, стабілографія	Рівень мочевины у крові, ЧСС, функції рівноваги, психофізіологічних функцій, показники навантажень	Фотометр, пульсометри Polar S810i, комплекси «Стабілан», «Прогноз»
5	Оперативне обстеження (ОО)	Хронометрія, пульсометрія, відеозйомка, біохімічний аналіз крові	Кількісні та якісні параметри виконання вправ, ЧСС, рівень лактату у крові	Хронометри, пульсометри, цифрова відеокамера, лактометр

6	ПМО (поглиблене медичне обстеження)	За програмою Українського центру спортивної медицини, медичних закладів обласного та міського підпорядкування (диспансери, центри спортивної медицини, відділення спортивної медицини) у залежності від місця знаходження спортсменів
---	--	---

До медико-біологічного та психологічного забезпечення підготовки збірної команди планується залучати лабораторії Державного науково-дослідного інституту фізичної культури (ДНДІФКС) з об'єднанням заходів із діагностики й корекції функціонального стану спортсменів з використанням сучасних засобів поточного контролю й фізіотерапевтичних процедур, біологічно активних речовин, психологічної корекції (табл. 11).

Таблиця 11

Медико-біологічне та психологічне забезпечення підготовки збірної команди України з сучасного п'ятиборства до Ігор XXXII Олімпіади

Основні завдання	Методи діагностики та корекції функціонального стану спортсменів
<ul style="list-style-type: none"> • оцінювання функціональних можливостей організму спортсменів • контроль адаптації функціональних систем організму до тренувальних навантажень 	<ul style="list-style-type: none"> • ергокардіоспірометрія, векторкардіографія, електрокардіографія, центральна кардіогемодинаміка, реовазографія
<ul style="list-style-type: none"> • діагностика поточного та оперативного станів спортсменів • корекції функціонального стану спортсменів з використанням фізіотерапевтичних процедур 	<ul style="list-style-type: none"> • психофізіологічні тестування, варіаційна пульсометрія, кардіогемодинаміка • фізіотерапевтичні методи з виростанням електричних, світлових, лазерних, магнітних, механічних і теплових чинників
<ul style="list-style-type: none"> • біохімічний контроль за функціональним станом організму спортсменів • корекція функціонального стану організму спортсменів за допомогою недопінгових ергогенних засобів 	<ul style="list-style-type: none"> • експрес-методи біохімічного аналізу крові, гематологічний аналіз крові • вживання модифікаторів обміну вуглеводів, білків, нуклеотидів, мінерально-електролітного та кислотного-основного обміну, мембранних

<ul style="list-style-type: none"> • визначення індивідуально-типологічних властивостей ЦНС та діагностика сенсомоторних і нейродинамічних функцій • психорегуляція та психокорекція функціональних станів спортсменів 	<ul style="list-style-type: none"> • психофізіологічне та психологічне тестування • вербальні методи впливу, аутогенне, ідеомоторне і психом'язове тренування
--	---

Таблиця 12

Склад комплексної наукової групи

№ п/п	Прізвище І.П.	Наукова ступень, наукове звання, посада	Напрямок діяльності
1.	Дрюков В.О.	док-р. н. з фіз. вих. і сп., професор, директор ДНДІФКС	керівник КНГ
2.	Павленко Ю.О.	док-р. н. з фіз. вих. і сп., проф. НУФВСУ	педагогічне забезпечення
3.	Варвинський О.П.	с.н.с. ДНДІФКС	медико-біологічне забезпечення, фізіотерапія
4.	Вдовенко Н.В.	к.біол.н., с.н.с. ДНДІФКС	біохімічний контроль
5.	Колосов А.Б.	к.псих.н., с.н.с., ДНДІФКС	психологічне забезпечення, психодіагностика
6.	Дорофєєва О.Є.	док-р мед. н., Національний медичний університет і. А.А. Богомольця	медико-біологічне забезпечення

6. Кадрове забезпечення і підвищення професійної майстерності фахівців.

Система зарахування тренерських кадрів, періодичність та умови проведення семінарів щодо підвищення професійної кваліфікації фахівців

Таблиця 13

Штатна команда Національної збірної команди з сучасного п'ятиборства

№	Посада в штаті збірної команди	2016	2017		2018	2019
		наявність	Потр.	Наяв.	потрібні	потрібні
1	Державний тренер	1	1		1	1
2	Головний тренер	1	1		1	1
3	Провідний тренер	1	1		1	1
4	Начальник команди	1	1		1	1
5	Тренер з кінного спорту		1		1	1
6	Тренер з фехтування		1		1	1
7	Тренер лікар	1	1		1	1
8	Тренер масажист	1	1		1	1
9	Психолог		0,5		0,5	0,5
10	Спортсмен-інструктор	12,5	14,5		14,5	14,5

Спортсмену п'ятиборцю рівня збірної команди необхідно мати: особистого тренера, тренера з фехтування та тренера з кінного спорту.

Тренер з кінного спорту як правило тренує декілька спортсменів і знаходиться на кінно-спортивній базі, працюючи з кінним складом

Тренер з фехтування може тренувати як одного спортсмена, так і декілька спортсменів. У фехтуванні дуже не просто спортсмену-п'ятиборцю і його особистому тренеру підібрати тренера з фехтування, який би допоміг

спортсмену підняти рівень професіоналізму та результативність у змаганнях, все дуже індивідуально. Такий відбір робиться не швидко и методом проб.

Зарахування тренерських кадрів робиться за ініціативи головного тренера, особистих тренерів, спортсменів-інструкторів та з подання Федерації сучасного п'ятиборства України.

Семінари за участю КНГ з підвищення кваліфікації тренерів та суддів проходять один раз на рік у листопаді-грудні, після конференції міжнародної федерації сучасного п'ятиборства UIPM.

7. Фінансування олімпійської підготовки

Таблиця 14

План

Фінансового забезпечення підготовки та участі у офіційних міжнародних змаганнях (тис. грн при курсі дол. США 26 грн/\$)

рік	Змагання				НТЗ				Всього			
	план		виконання		План		Виконання		план		виконання	
	Бюд жет	Поза бю джет ні	Бю джет	Позаб ю джетні	Бюд жет	Позаб ю джетні	Бю джет	Позаб ю джетні	Бюд жет	Поза бю джет ні	Бю джет	Позаб ю джетні
2017	4884				1103				5987			
2018	5000				3500				8500			
2019	5500				4000				9500			
2020	6000				4000				10000			

Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту
 Календарний план змагань України за період від 01.01.2017 до 31.12.2017

Назва	Строк початку/закінчення	Три-вал.	Місце-провед. Організації, відповідальні за проведення	Орган.-учасники	Кількість учасників				Вид змагань	Код КТКВК	Всього людино-днів	Вартість людино-дня	Планова вартість (гривні)
					Спортсменів	Тренерів	Суддів	Інших					
сучасне п'ятиборство													
Відкритий Кубок Республіки Білорусь (II ранг)	14.01.17	2	Білорусь	Україна	6	2	0	0	8 О	3401220	16	0,00	0
Відкритий чемпіонат м Будапешта (II ранг)	15.01.17	3	Україна	Україна	6	2	0	0	8 О/К	3401220	24	3808,33	91 400
Відкритий зимовий чемпіонат України серед юнаків та дівчат (IV ранг)	29.01.17	2	Україна	Області	120	15	45	2	182 О/К	3401220	364	0,00	0
Відкритий зимовий чемпіонат України (III ранг)	03.02.17	3	Україна	Області	80	15	50	4	149 О/К	3401220	447	279,64	125 000
Відкритий зимовий чемпіонат України серед юніорів (IV ранг)	05.02.17	3	Україна	Області	40	8	15	3	66 О/К	3401220	198	0,00	0
Відкритий зимовий чемпіонат України серед молоді (IV ранг)	03.02.17	3	Україна	Області	40	8	15	3	66 О/К	3401220	198	0,00	0
Кубок світу 1 етап (II ранг)	05.02.17	3	Україна	Області	40	8	15	3	66 О/К	3401220	198	0,00	0
Відкритий зимовий чемпіонат України (біатл/триатл, лазер рен) (III ранг), I етап Української ліги (біатл/лазер рен)	23.02.17	5	США	Україна	8	4	0	0	12 О	3401220	60	10722,78	643 367
Відкритий командний чемпіонат України серед юнаків та дівчат (IV ранг)	24.02.17	3	Україна	Області	80	15	25	4	124 О/К	3401220	372	0,00	0
Кубок світу 2 етап (II ранг)	26.02.17	3	Україна	Області	80	10	35	0	125 О/К	3401220	375	0,00	0
Відкритий чемпіонат Польщі (II ранг)	10.03.17	3	Польща	Україна	8	3	0	1	12 О	3401220	60	8256,67	495 400
Командний чемпіонат України (біатл, триатл, лазер рен) (III ранг), II етап Української ліги (біатл, триатл, лазер рен)	12.03.17	5	Польща	Україна	4	2	0	0	6 О/К	3401220	18	0,00	0
Відкритий чемпіонат Німеччини, (II ранг)	21.03.17	3	Україна	Області	80	15	25	4	124 О/К	3401220	372	0,00	0
Міжнародні змагання серед юніорів та юнаків (категорія А) (II ранг)	25.03.17	3	Україна	Області	6	2	0	0	8 О/К	3401220	16	5187,50	83 000
Кубок Європи серед юнаків та дівчат (категорія А) (II ранг)	24.03.17	3	Україна	Області	8	2	0	0	10 О/К	3401220	30	2833,33	85 000
Чемпіонат України з естафет серед юнаків та дівчат (IV ранг)	21.04.17	3	Україна	Області	8	4	0	0	12 О	3401220	36	0,00	0
Командний чемпіонат України серед юніорів (IV ранг)	23.04.17	2	Україна	Області	120	20	45	0	185 О/К	3401220	370	0,00	0
Командний чемпіонат України серед молоді (IV ранг)	27.04.17	3	Україна	Області	80	30	45	3	158 О/К	3401220	474	0,00	0
Кубок України (III ранг)	28.04.17	3	Україна	Області	80	30	45	3	158 О/К	3401220	474	0,00	0
Кубок Європи серед юнаків та дівчат (категорія А) (II ранг)	30.04.17	3	Україна	Області	80	20	45	0	145 О	3401220	435	263,68	114 700
Кубок світу 3 етап (II ранг)	28.04.17	2	Україна	Області	6	2	0	0	8 О	3401220	16	0,00	0
Кубок Європи серед юнаків та дівчат (категорія А) (II ранг)	04.05.17	5	Україна	Області	8	6	0	0	14 О	3401220	70	4088,57	286 200
Чемпіонат України з Лазер Рен (III ранг)	08.05.17	2	Україна	Області	8	3	0	0	11 О	3401220	22	0,00	0
Чемпіонат України серед юнаків та дівчат (VI ранг)	13.05.17	2	Україна	Області	120	10	40	0	170 О/К	3401220	340	88,24	30 000
Відкритий командний чемпіонат м. Львова серед юнаків та дівчат (VI ранг), III етап Української ліги (біатл/лазер рен)	13.05.17	3	Україна	Області	90	10	40	0	140 О/К	3401220	420	95,24	40 000
	14.05.17	2	Україна	Області	80	15	25	0	120 О/К	3401220	240	0,00	0

Календарний план змагань України за період від 01.01.2017 до 31.12.2017

Назва	Строк початку/закінчення	Три-вал.	Місце-провед.	Орган-учасники	Кількість учасників					Вид змагань	Код КПКВК	Всього людино-днів	Вартість людино-дня	Планова вартість (гривні)
					Спортивні		Інших		Всього					
					менів	Тренерів	Суддів	Інших						
Кубок світу 4 етап (II ранг)	25.05.17 29.05.17	5	Польща Україна	Україна	8	6	0	0	14	0	3401220	70	4082,86	285 800
Чемпіонат України з естафет мікс серед юнаків та дівчат (IV ранг), IV етап Української ліги (біатл/тріатл, лазер/лазер)	02.06.17 04.06.17	3	Житомир	Області	120	20	45	0	185	0	3401220	555	0,00	0
Відкритий чемпіонат Польщі серед юнаків та дівчат (категорія А), (II ранг)	02.06.17 04.06.17	3	Польща	Україна	6	2	0	0	8	0	3401220	24	0,00	0
Міжнародний турнір пам'яті Мілана Кадлеца (юніори) (II ранг)	03.06.17 04.06.17	2	Чехія	Україна	8	4	0	2	14	0	3401220	28	0,00	0
Відкритий чемпіонат України серед молоді (IV ранг)	09.06.17 11.06.17	3	Харків КДЮСШ "ХТЗ"	Області	50	20	45	3	118	0	3401220	354	0,00	0
Відкритий чемпіонат України (III ранг)	09.06.17 11.06.17	3	Харків КДЮСШ "ХТЗ"	Області	90	20	42	1	153	0	3401220	459	262,53	120 500
Відкритий чемпіонат України серед юніорів (IV ранг)	09.06.17 11.06.17	3	Харків КДЮСШ "ХТЗ"	Області	50	20	45	3	118	0	3401220	354	0,00	0
Відкритий чемпіонат Чехії серед юнаків та дівчат (категорія А)(II ранг)	10.06.17 11.06.17	2	Чехія	Україна	8	3	0	0	11	0	3401220	22	2045,45	45 000
Відкритий чемпіонат Польщі (II ранг)	16.06.17 19.06.17	4	Польща	Україна	6	3	0	0	9	0	3401220	36	4576,89	164 768
Відкритий чемпіонат Польщі, (II ранг)	16.06.17 19.06.17	4	Польща	Україна	6	2	0	0	8	0	3401220	32	0,00	0
Фінал Кубка світу (II ранг)	23.06.17 25.06.17	3	Литва	Україна	6	6	0	1	13	0	3401220	39	8538,46	333 000
Кубок Європи серед юнаків та дівчат (категорія В) (II ранг)	24.06.17 25.06.17	2	Чехія	Україна	6	2	0	0	8	0	3401220	16	3437,50	55 000
Чемпіонат Європи серед юніорів (II ранг)	24.06.17 03.07.17	10	Іспанія	Україна	10	5	0	0	15	0	3401220	150	1977,33	296 600
Чемпіонат України з сучасного п'ятиборства (біатл, триатл, лазер ран) (III ранг), V етап Української ліги (біатл/тріатл, лазер/лазер)	30.06.17 02.07.17	3	Київ ЦСК ЗСУ	Області	180	15	40	0	235	0	3401220	705	0,00	0
Чемпіонат Європи серед юнаків та дівчат (категорія В) (II ранг)	30.06.17 02.07.17	3	Болгарія	Україна	8	4	0	0	12	0	3401220	36	0,00	0
Чемпіонат України з естафет мікс (біатл, триатл, лазер ран) (III ранг), VI етап Української ліги (біатл/тріатл, лазер/лазер)	07.07.17 09.07.17	3	За призначенням	Області	120	20	45	3	188	0	3401220	564	0,00	0
Чемпіонат Європи з біатл/тріатлу (дорослі, юніори, юнаки)	14.07.17 16.07.17	3	Португалія	Україна	8	2	0	0	10	0	3401220	30	0,00	0
Чемпіонат Європи (II ранг)	17.07.17 24.07.17	8	Білорусь	Україна	10	7	0	0	17	0	3401220	136	2602,94	354 000
Чемпіонат світу серед юнаків та дівчат (категорія А) (II ранг)	17.07.17 24.07.17	8	Чехія	Україна	8	3	0	0	11	0	3401220	88	1953,41	171 900
Чемпіонат світу серед юніорів (II ранг)	24.07.17 04.08.17	9	Угорщина	Україна	10	4	0	0	14	0	3401220	126	1464,29	184 500
Європейська кваліфікація на III літні юнацькі Олімпійські ігри (II ранг)	10.08.17 13.08.17	4	Португалія	Україна	8	3	0	0	11	0	3401220	44	0,00	0
Чемпіонат світу (II ранг)	21.08.17 28.08.17	8	Єгипет	Україна	12	8	0	0	20	0	3401220	160	2662,50	426 000
Чемпіонат Європи серед юнаків та дівчат (категорія А) (II ранг)	28.08.17 03.09.17	7	Португалія	Україна	8	3	0	0	11	0	3401220	77	2844,16	219 000
Всесвітні ігри серед військовослужбовців	03.09.17 11.09.17	7	Польща	Україна	6	2	0	0	8	0	3401220	56	0,00	0
Чемпіонат України з естафет (біатл, триатл, лазер ран) (III ранг), II етап Української ліги (біатл/тріатл, лазер ран)	17.09.17 14.09.17	4	Львів	Області	120	20	45	3	188	0	3401220	752	0,00	0
Чемпіонат світу з лазер ран (дорослі, юніори, юнаки)	05.10.17 07.10.17	3	П.Африка	Україна	10	4	0	0	14	0	3401220	42	0,00	0
Олімпійські надії серед юнаків та дівчат (категорія А,В) (II ранг)	20.10.17 22.10.17	3	Чехія	Україна	6	3	0	0	9	0	3401220	27	2740,74	74 000

Календарний план змагань України за період від 01.01.2017 до 31.12.2017

Назва	Строк початку/закінчення	Три-вал.	Місце-провед.	Орган.-учасники	Кількість учасників				Вид змагань	Код КПКВК	Всього людино-днів	Вартість людино-дня	Планова вартість (гривні)
					Спортсменів	Тренерів	Суддів	Інших					
Чемпіонат світу з біатлону/тріатлону (дорослі, юніори, юнаки)	27.10.17	4	Туреччина	Україна	8	4	0	0	12 О/К	3401220	48	0,00	0
Чемпіонат чемпіонів (II ранг)	30.10.17	2	Укрспортзабезпечення	За запрошенням	6	2	0	0	8 О	3401220	16	0,00	0
Чемпіонат України серед юнаків та дівчат 1999 р.н. та молодше (IV ранг)	05.11.17	3	Київ ЦСК ЗСУ	Області	120	15	45	3	183 О/К	3401220	549	0,00	0
Чемпіонат Європи серед молоді (II ранг)	12.11.17	2	Польща	Україна	8	4	0	0	12 О/К	3401220	24	3333,33	80 000
Відкритий Кубок Литви серед юнаків та дівчат (категорії А та В) (II ранг)	12.11.17	4	Литва	Україна	8	2	0	0	10 О/К	3401220	40	0,00	0
Чемпіонат України серед юніорів у приміщенні (IV ранг)	23.11.17	3	Харків КДЮСШ "ХТЗ"	Області	80	30	40	3	153 К	3401220	459	0,00	0
Чемпіонат України серед молоді у приміщенні (IV ранг)	01.12.17	3	Харків КДЮСШ "ХТЗ"	Області	80	30	40	3	153 К	3401220	459	174,29	80 000
Чемпіонат України серед юнаків та дівчат у приміщенні (IV ранг)	03.12.17	3	Харків КДЮСШ "ХТЗ"	Області	80	30	40	3	153 К	3401220	459	0,00	0
Відкритий чемпіонат України з сучасного п'ятиборства у приміщенні (біатл, триатл, лазер-ран) (III ранг), фінал Української ліги (біатл, триатл, лазер-ран)	01.12.17	2	Київ ЦСК ЗСУ	Області	80	15	25	4	124 О/К	3401220	248	0,00	0
сучасне п'ятиборство	16.12.17												
	17.12.17												
Всього змагань: 61													4 884 135

Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту 03.01.2017
 Календарний план зборів України за період від 01.01.2017 до 31.12.2017

Назва	Строк початку/закінчення	Три-вал.	Місце-провед.	Кількість учасників				Код КПКВК	Всього людино-днів	Вартість людино-дня	Планова вартість (гривні)
				Організації, відповідальні за проведення	Спортсменів	Тренерів	Інших				
сучасне п'ятиборство											
НТЗ до міжнародних змагань	10.01.17		21 За призначенням	8	2	0	10	3401220	210	0,00	0
НТЗ до 1 етапу Кубка світу (чоловіки, жінки)	30.01.17		Україна	12	6	0	18	3401220	234	745,30	174400
НТЗ з поглибленого медичного обстеження	23.02.17		Україна	16	0	0	16	3401220	16	750,00	12000
НТЗ до 2 етапу Кубка світу	06.03.17		1 Київ ДП ОНСЦ "Конча-Заспа"	10	7	0	17	3401220	272	634,56	172600
НТЗ до 3 етапу Кубка світу	06.03.17		Україна	14	8	0	22	3401220	352	167,90	59100
НТЗ до міжнародних змагань	19.04.17		Україна	8	3	0	11	3401220	55	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	20.04.17		5 Польща	8	4	0	12	3401220	96	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	02.05.17		8 Угорщина	12	8	0	20	3401220	320	397,81	127300
НТЗ до 4 етапу Кубка світу	09.05.17		16 Київ ЦСК ЗСУ	6	2	0	8	3401220	56	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	25.05.17		Україна	8	3	0	11	3401220	66	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	24.05.17		7 Польща	8	5	0	13	3401220	182	643,96	117200
НТЗ до міжнародних змагань	30.05.17		14 Київ ЦСК ЗСУ	10	4	0	14	3401220	294	203,06	59700
НТЗ до фіналу Кубка світу	01.06.17		Україна	8	4	0	12	3401220	132	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	06.06.17		6 Польща	8	8	0	23	3401220	345	279,13	96300
НТЗ до міжнародних змагань	10.06.17		14 Київ ЦСК ЗСУ	15	8	0	23	3401220	12	1000,00	12000
НТЗ до чемпіонату Європи серед юніорів	17.07.17		Україна	10	6	0	16	3401220	224	176,34	39500
НТЗ до міжнародних змагань	19.06.17		21 Київ ЦСК ЗСУ	8	4	0	12	3401220	168	476,19	80000
НТЗ до міжнародних змагань	09.07.17		Україна	8	2	0	10	3401220	100	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	23.06.17		11 Іспанія	8	8	0	16	3401220	168	476,19	80000
НТЗ до чемпіонату Європи	03.07.17		15 Київ ДП ОНСЦ "Конча-Заспа"	12	0	0	12	3401220	12	1000,00	12000
НТЗ з поглибленого медичного обстеження	17.07.17		Україна	8	3	0	11	3401220	176	732,39	128900
НТЗ до чемпіонату світу серед юнаків та дівчат	03.07.17		1 Київ ДП ОНСЦ "Конча-Заспа"	8	4	0	12	3401220	96	0,00	0
НТЗ до чемпіонату світу серед юніорів	03.07.17		Україна	10	6	0	16	3401220	224	176,34	39500
НТЗ до міжнародних змагань	04.07.17		14 Київ ЦСК ЗСУ	8	4	0	12	3401220	168	476,19	80000
НТЗ до міжнародних змагань	17.07.17		Україна	8	2	0	10	3401220	100	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	25.07.17		14 Київ ЦСК ЗСУ	8	8	0	16	3401220	168	476,19	80000
НТЗ до міжнародних змагань	07.08.17		Україна	8	4	0	12	3401220	168	476,19	80000
НТЗ з поглибленого медичного обстеження	03.08.17		10 Угорщина	8	2	0	10	3401220	100	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	12.08.17		8 Португалія	8	4	0	12	3401220	96	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	11.08.17		1 Київ ДП ОНСЦ "Конча-Заспа"	12	0	0	12	3401220	12	1000,00	12000
НТЗ до чемпіонату світу	11.08.17		Україна	8	3	0	11	3401220	176	732,39	128900
НТЗ до міжнародних змагань	13.08.17		16 За призначенням	8	4	0	12	3401220	96	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	28.08.17		Україна	8	3	0	11	3401220	165	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	27.08.17		8 Португалія	8	4	0	12	3401220	96	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	03.09.17		21 За призначенням	10	3	0	13	3401220	273	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	05.10.17		Україна	8	3	0	11	3401220	165	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	25.10.17		15 За призначенням	8	3	0	11	3401220	165	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	10.11.17		Україна	8	3	0	11	3401220	165	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	24.11.17		Україна	8	3	0	11	3401220	165	0,00	0

Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту
 Календарний план зборів України за період від 01.01.2017 до 31.12.2017

Назва	Строк початку/закінчення	Три-вал.	Місце-провед.	Кількість учасників			Код КПКВК	Всього людино-днів	Вартість людино-дня	Планова вартість (гривні)
				Спорсменів	Тренерів	Інших				
НТЗ до міжнародних змагань	10.11.17 14.11.17	5	Польща	6	2	0	8	40	0,00	0
НТЗ з поглибленого медичного обстеження	25.11.17	1	Київ ДП ОНСЦ "Конча-Заспа"	15	0	0	15	15	800,00	12000
НТЗ до міжнародних змагань	02.12.17 16.12.17	15	Укрспортзабезпечення За призначенням	9	3	0	12	180	0,00	0
НТЗ до міжнародних змагань	19.12.17 30.12.17	12	Львівська	24	10	0	34	408	0,00	0
сучасне п'ятиборство			Всього зборів:27							Сумарна планова вартість: 1103000

8. Необхідні матеріально-технічні умови підготовки збірної команди України з сучасного п'ятиборства на олімпійське чотириріччя

Таблиця 15

Основні бази олімпійської підготовки

№	Назва бази, адреса	Форма власності	Підпорядкування
1.	Спортивна база ЦСК ЗС України м. Київ	Державна	ЗС України
2	Легкоатлетичний манеж Київської школи вищої спортивної майстерності	Державна	М.Київ
3	Кінноспортивна база ФСТ „Динамо”	Державна	ФСТ «Динамо»
4.	Спортивна база СК ЗС України м. Львів	Державна	ЗС України
5	Олімпійська база Конча-заспа	Державна	

Таблиця 16

Перелік першочергового спеціального інвентарю та обладнання, необхідного для спортсменів – кандидатів на участь в Іграх XXXII Олімпіади 2020 року

№	Найменування	2017	2018	2019	Всього
п/п					
1	Пістолет лазерний	24		12	36
3	Мішень для тренувань та змагань для стрільби з лазера	24		12	36
5	Фехтувальний чохол	12			12
6	Клинок шпажний (мараген)	24	24	24	72
7	Шпага в зборі	24	24	24	72
8	Костюм фехтувальний	12	12	12	36
9	Маска фехтувальна (шпага)	12	12	12	36
10	Туфлі фехтувальні	12	12	12	36

17	Каска для верхової їзди	12		12	24	
18	Редингот для верхової їзди	12		12	24	
21	Чоботи для верхової їзди	12		12	24	
22	Бріджі для верхової їзди	12	12	12	36	
24	Часи з пульсометром	12			12	
25	Ноутбук	5			5	

9. Антидопінгове діяльність

Розробка регламенту з допінг-контролю. Відповідно цього регламенту у 2016 році вже впроваджено проведення практичних семінарів з дотримання допінг-контролю спортсменів. Тренерам і лікарям збірної команди потрібно посилити персональний контроль над вживанням спортсменами ліків та харчових добавок. Згідно до затвердженого списку заборонених речовин Всесвітнім антидопінговим агентством, лікарям національної збірної команди разом з Національним анти допінговим центром необхідно сформулювати фармкарти та список медикаментів, що в разі необхідності, будуть призначатися спортсменам та використовуватися на Іграх XXXII в Токіо. В подальшому ці документи необхідно узгодити з Національним олімпійським комітетом, Комітетом з терапевтичного використання заборонених субстанцій, Національним анти допінговим центром та медичною комісією.

В контракті кожного спортсмена і тренера буде вказано пункт про особисту відповідальність за порушення правил ВАДА.

Підготував _____

Мерщій Ю.В.

Дата _____

