



ВСЕРОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
ПАРУСНОГО СПОРТА



ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ СБОРНОЙ КОМАНДЫ  
РОССИИ ПО ПАРУСНОМУ СПОРТУ  
К ОЛИМПИЙСКИМ ИГРАМ 2024

Подготовил: претендент на  
должность главного тренера по  
парусному спорту Селиванов А.А.



Селиванов Алексей Алексеевич  
Тренер ФГБУ "ЦСП" с сентября 2018 года.

**Образование:** Кубанский государственный университет  
специалист физической культуры, спорта и туризма, 2009 год  
*Квалификация:* Специалист.

**Возраст:** 33 года

**Доп. Образование:** 2013 год, аспирантура в Южном федеральном университете.

*Квалификация:* Кандидат философских наук.

**Опыт работы:** 2017 год – администратор сборной команды РФ по парусному спорту.

2018 год – начальник сборной команды РФ по парусному спорту.

2018-2021 год – тренер сборной команды РФ по парусному спорту.

**Спортивное звание:** Мастер спорта.

**Спортивные достижения:** Призер кубка Мира в класс Финн 2012 год,  
победитель юношеского чемпионата мира в классе яхт звездный 2019 год.

**Профессиональные навыки:** Владение Английским и Немецким языками, знание процедуры работы в Министерстве спорта РФ и ФГБУ ЦСП, знакомство с особенностями основных акваторий международных олимпийских соревнований.



Вступление:

Не секрет, что с 2016 года основным спонсором сборной команды выступало Министерство спорта Российской Федерации. Программа подготовки на игры 2024 рассчитана исходя из ежегодного бюджета, который предоставлялся на парусный спорт и, я уверен, позволит достичь заявленных результатов.

Однако, чтобы эти средства дошли до сборной команды - необходимо проделать колоссальный объем бумажной работы начиная с отбора спортсменов и планирования календаря, заканчивая подготовкой внутренних документов на выезд и отчетами.

За прошедшие 5 лет упорной работы нашей команде удалось создать рабочее взаимодействие с аппаратом ФГБУ "ЦСП" и Минспорта РФ по всем вопросам касающимся сборных команд, правильно распределить роли и обязанности внутри коллектива для решения орг. вопросов. Как результат – сборная команда по парусному спорту, как отлаженный механизм, стабильно выезжала на тренировочные мероприятия и международные соревнования, даже во время ограничений зимой 2020 года, связанных с COVID19.

Теперь, когда организационные моменты не мешают тренировочной работе, я хочу предложить программу для подготовки сборной к Играм 2024. Она станет продолжением работы за 2012, 2016 и 2020 годы. В ней предложены реализуемые цели и задачи, которые позволят нашим лучшим гонщикам и тренерам показать свое мастерство.

## ЦЕЛИ ПОДГОТОВКИ

### ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ ПОДГОТОВКИ:

Выступление команды на Олимпийских играх 2024 (Париж, Франция)

Цель: 3-10 место в одной из дисциплин.

### ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ЦЕЛЬ ПОДГОТОВКИ:

Завоевание лицензии на участие в ОИ на чемпионате мира в 2023 (Голландия)

Программа подготовки заключается в объединении лучших спортсменов, и формировании вокруг них команды специалистов, работа которых, приведет к росту международных результатов и достигнению поставленных целей.

Привлечение к тренировкам в Олимпийских классах спортсменов молодежной сборной обеспечит преемственность и за один Олимпийский цикл даст основной команде подготовленный резерв.

ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ СБОРНОЙ КОМАНДЫ

РОССИИ ПО ПАРУСНОМУ СПОРТУ

К ОЛИМПИЙСКИМ ИГРАМ 2024





### Анализ результатов Олимпийских игр 2020 в Токио

Класс	Число экипажей	Сумма очков призовых гонщиков (середние)	Коэфф. стабильности	Средние призовые места	Средний прикол	Средняя медальность
20,6	242	20,6	0,55	7,8 / 8,1 / 8,3	22	44
38,1	220	38,1	0,56	5,3 / 8,2 / 8,5	20	35
29,8	247	29,8	0,34	6,3 / 6,9 / 7,3	19	21
22,3	186	22,3	0,47	4,8 / 4,8 / 5,3	14,3	19
44,3	146	44,3	0,53	3,8 / 5,4 / 5,4	13,3	21
44,6	123	44,6	0,66	2,3 / 4,5 / 5,5	11,2	19
32,3	143	32,3	0,68	2,9 / 3,8 / 5,3	11	20
32,6	112	32,6	0,81	3 / 3,2 / 3,2	8,6	27

Таблица распределения очков между 10 сильнейшими экипажами на Олимпийский играх 2020 в каждом классе яхт. Чем меньше отрыв от лидера до 10го – тем вероятнее, что любой из спортсменов мог занять призовое место. С одной стороны, это означает высокую конкуренцию, но, так же показывает отсутствие однозначных лидеров, что дает возможность найти конкурентного спарринг партнера и шансы победить по результатам одной медальной гонки.



Классы в таблице расположены в порядке убывания от самых непредсказуемых медалистов к самым стабильным. Место в рейтинге присваивалось в соответствии с суммой очков первой тройки, разделенной на количество гонок и экипажей. Чем больше очков получили медалисты – тем больше была вероятность любого спортсмена из десятки занять призовое место.

**1 – Лазер радиял.** Самое большое количество нестабильных участников, наименьший отрыв по очкам в 10ке сильнейших и как результат – разыграл все медалей в последней гонке.

**2 – Лазер стандарт.** Второе место по количеству участников, почти одинаковый с Радиялом средний приход для завоевания медали, но более стабильное распределение очков говорит о большей предсказуемости.

**3 – 49er FX.** Всего 19 участников, но наиболее плотно расположение по очкам в результатах среди всех Олимпийских дисциплин.

**4 – 49er** в этом классе все медали разыграны по равенству очков. Общая сумма очков 3ки выводит 49й на 4 место.

**5 – 470 женщины.** Медали в этом классе разыгрывались в последней гонке между 7ю участниками, но общая сумма очков тройки показывает стабильные результаты медалистов.

**6 – Наста.** Этот класс показывает второе место по стабильности приходов чемпиона и призеров.

**7 – 470 мужчины.** Олимпийский чемпион Мэтью Белчер показал самый стабильный результат среди всех участников Олимпийских Игр 2024. У него не было среднего прихода ниже 3го места. На шестое место в таблице этот класс поднялся из-за отстающих бронзовых и серебряных призеров.

**8 – RSX женщины.** по количеству участников, средних очков в 10ке занимают самое стабильное место из всех классов с наименьшим количеством очков у медалистов.



Выбирая приоритетные классы для подготовки к Олимпиаде 2024 мы обязаны учитывать опытный состав взрослой сборной, который может достойно выступать и бороться в 10ке сильнейших своей дисциплины.

После чемпионата России 2021 можно отметить следующих спортсменов:

**Класс 470** – однозначный лидер сборной экипаж Алиса Кириллюк / Денис Грибанов участники олимпийских игр 2016 в Рио и 2020 в Токио, а также несколько экипажей из которых можно сформировать спарринг партнеров с перспективой на игры 2028 в Лос-Анжелесе.

**Класс Лазер** – 3 равных по силе спортсмена мирового уровня из разных возрастных категорий (Николаев Максим, Крутских Даниил, Комиссаров Сергей) и еще 3 физически подготовленных гонщика резерва – которые готовы подключиться к тренировкам. За счет хорошей конкуренции внутри страны и обеспечения непрерывного тренировочного процесса велика вероятность улучшения результата Игр 2020 в этом классе.

**Класс Лазер Радиодл** – актив из 5 равных и опытных спортсменов, решив технические и физические проблемы каждой из них - можем ожидать, что они поднимутся на уровень 15го места в мировом рейтинге, смогут попасть в медальную гонку на Олимпийских играх и претендовать на медаль.

**Класс Наста 17** – опытный экипаж Семенова Максима, который третий цикл находится рядом с олимпийской лицензией и молодой (для катамарана) экипаж Вячеслава Шелудякова.

Объединившись, они могут попасть в топ 10 гонщиков на Олимпиаде 2024.

**Класс 49er и 49FX** – представлен несколькими молодыми экипажами из одного региона, к ним необходимо добавить опытных соперников, но результат можем прогнозировать только на 2028 год.

Согласно проведенному анализу, наиболее вероятно, что Россия может попасть в 10ку на Олимпийских играх 2024 в классе *Лазер* стандарт.

Однако, если создать необходимые условия и объединить гонщиков в коллектив для достижения олимпийской мечты, то класс Лазер Радиал, Наста 17 и класс 470 микс могут показать результат в 10ке сильнейших и претендовать на Олимпийскую медаль.

Новым дисциплинам - IQ Foil и кайт бординг еще предстоит подготовиться и, надеюсь, показать достойный результат на ЧМ 2022 года для того, чтобы рассматривать их как претендентов на Олимпийскую 10ку.



Для достижения поставленных результатов планируется:

- 1) Разработать единые принципы и критерии отбора в сборную команду на 2023 и 2024 год.
- 2) Организовать непрерывный тренировочный процесс в каждом классе яхт посредством ежемесячных сборов на территории РФ (тренировочные базы в г. Сочи, Севастополе, Таганроге).
- 3) Повысить конкуренцию в каждом классе яхт за счет вызова на сборы спортсменов из резерва, молодежной команды, спортсменов категории Мастерс, а так же привлечением к сборам команд регионов.
- 4) На каждом сборе обеспечивать медицинскую поддержку: врач команды, массажист, проводить семинары и зачеты по стратегии, тактике и правилам парусных гонок.
- 5) Путем согласования закупок со школами, Минспорта РФ и регионами обеспечить основную команду двумя комплектами материальной части с целью исключить дорогостоящие перевозки автотранспортом.
- 6) При участии КНГ и тренера класса анализировать месячный цикл тренировок на воде, индивидуально корректировать подготовку каждого спортсмена.

- 1) **Изменить структуру** тренировочного процесса. Сделать его системным, нацелить на решение конкретных физиологических, технических, скоростных, тактических задач. Создать рабочую комплексную научную группу, способную проводить достоверный анализ ситуации и предлагать тренерскому коллективу реализуемые рекомендации.
- 2) За счет Минспорта РФ **организовать тренировочные сборы на теплоход** (Португалия, Испания) зимой 2022 и 2023 года как минимум для 3х экипажей каждого из вероятных классов претендентов на медали 2024.
- 3) **Своевременно предоставлять** этим классам **яхты, паруса, необходимые дельные вещи, одежду** за счет средств субсидии Министерства спорта.
- 4) **Привлечь к работе** квалифицированных и мотивированных специалистов по метеорологии, правилам и восстановлению.
- 5) **Освободить** тренерский состав от необходимости доставлять яхты из РФ в Европу за рулем автомобилей. Проводить такую доставку за счет средств ФГБУ ЦСП.
- 6) **Организовать с 2022 года ежемесячные тренировочные сборы** на Федеральной базе ФГБУ "ЮГ Спорт" в Сочи для классов, которые близки к завоеванию лицензии, но еще не показывают международный результат. По необходимости задействовать базы г. Севастополя, г. Таганрога, г. Санкт-Петербурга.
- 7) На каждом УТС **проводить семинары и зачеты по стратегии, тактике и правилам парусных гонок.**



- 8) **Повысить конкуренцию** в каждом классе яхт за счет постоянного привлечения резерва и спортсменов молодежной сборной команды к тренировкам основного состава. Привлекать к сборам для массовости и преемственности поколений спортсменов из категории Masters. Лучший экипаж из молодежного состава по итогам контрольных гонок сбора отправлять на следующий зарубежный УТС основной команды.
- 9) **Установить** ежемесячные контрольные нормативы по ОФП и объемам физической нагрузки, жестко контролировать их выполнение, привести спортсменов за зимнюю подготовку 2022 года к модельным характеристикам своего Олимпийского класса.
- 10) **К 2023 году сформировать тренерский коллектив**, который будет вести успешное планирование подготовки, обмениваться опытом и с помощью ВФПС издавать руководства для начинающих спортсменов.

Команда специалистов сборной России по парусному спорту, которая будет обеспечивать планирование и организацию подготовки к ОИ 2024.

7

1. Старший тренер сборной - Селиванов Алексей

2. Тренеры классов

**Коновалов Юрий**

- старший тренер классов 49er, 49FX, единственный тренер в РФ с опытом 4 Олимпийских кампаний в классе 49er.

**Заболотнов Михаил** - старший тренер класса 470 и 420, за 16 лет в составе сборной команды

подготовил 3 экипажа, отобравшихся на Олимпийские Игры.

**Скорняков Эдуард**

- тренер класса ПСА7, ПСА6 (Участник Олимпийских Игр 2008, 2012, Чемпион Европы, неоднократный Чемпион России), талантливый спортсмен и тренер.

**Терешкин Дмитрий**

- тренер класса ПСА7, ПСА6 молодежного состава. неоднократный Чемпион России, обладатель кубков России.

**Шелудяков Виталий** - тренер класса Наста17. 13 лет опыта работы в составе сборной команды.

3. Доктор команды (Ядрышникова Елена) - первоклассный специалист, хирург. В составе сборной

команды 3 олимпийских цикла. Сопровождает команду на важных сборах и соревнованиях. Отвечает за рацион питания, БАД и медикаменты.

4. Начальник команды Сивенкова Лидия, - организация и проведение спортивных мероприятий с

участием сборной команды, 8 лет опыта работы администратором в составе сборной команды.



## Критерии отбора в сборную команду РФ по парусному спорту на 2023 и 2024 год

Главным критерием отбора для сборных команд является международный результат. Поэтому в *основную* сборную команду РФ по парусному спорту (при условии участия в Чемпионате России) включаются спортсмены-кандидаты, занявшие :

- 1) 1 – 10 место на Чемпионате мира.
- 2) 1 – 6 место на Чемпионате Европы.
- 3) Спортсмены, набравшие лучшую сумму мест по итогам финального этапа Кубка России и Чемпионата России.

При равенстве результатов приоритет отдается чемпионату России (при условии занятия места на ЧР не ниже 6го).

В *молодёжный* состав сборной команды РФ по парусному спорту включаются спортсмены кандидаты, занявшие:

- 1) 1-6 место на первенстве мира.
- 2) 1-3 место на первенстве Европы.
- 3) Спортсмены, набравшие лучшую сумму мест в двух из трёх проводимых регат:  
Первенство России, Чемпионат России и Кубок России.

При равенстве результатов приоритет отдается Чемпионату России.

Количественный состав спортсменов в каждом классе определяется тренерским советом на основании квоты и требований Министерства спорта Российской Федерации