

«УТВЕРЖДАЮ»



Президент Российской Федерации
Капитонов Ю.Д.
1 января 2021 год.

ПОЛОЖЕНИЕ о формировании сборной команды России по пэйнтболу

Москва 2021 год

СОДЕРЖАНИЕ.

1. Общие положения.....	3
2. Информационная справка.....	3
3. Цели и задачи.....	4
4. Принципы и критерии формирования сборной команды России по пэйнтболу.....	5
Специальная физическая подготовка.....	6
Техническая подготовка.....	6
Тактическая подготовка.....	7
5. План – прогноз спортивных достижений сборной команды России по пэйнтболу на международных соревнованиях	7
6. Приложения:	
Состав сборной команды России по пэйнтболу.....	9
Состав экспериментально группы по подготовке к Чемпионату мира 2021 года.....	10

1. Общие положения.

Настоящее Положение является основным документом, определяющим стратегию отбора и формирования сборных команд России по пэйнтболу для подготовки и участия спортсменов представляющих страну в соревнованиях на: Чемпионате Мира, Кубке Мира, Чемпионате Европы и других официальных международных соревнованиях. В Положении представлены цели, задачи сборной команды России по пэйнтболу, а также критерии отбора и условия формирования команды.

Настоящее Положение подготовлено главным тренером сборных команд России по пэйнтболу Тарандо А.Д., старшим тренером юношеской сборной Рожников С.В.

Положение обсуждено на собрании тренеров в г. Москве (январь 2021 года).

2. Информационная справка.

Российские спортсмены участвуют в международных соревнованиях с 1995 года. Весь двадцатилетний цикл выступлений Российских спортсменов (1995-2015 г.г.) можно разделить на два этапа, первый из которых закончился в сентябре 1998 года на Чемпионате мира среди любителей (г. Сент-Луис США), где российская команда «Уличные бойцы» заняла 3 место. С октября 1998 года мировой пэйнтбол претерпел значительные изменения. Во-первых соревнования стали проводится только на специально оборудованных, жестко регламентированных по конфигурации и размерам, симметричных площадках с искусственными укрытиями воздушного наполнения. Во-вторых, резко изменились правила соревнований, что повлекло за собой перестройку основных компонентов игры – техники и тактики. Введение маркеров электронного действия и бурное развитие дополнительных видов соревновательной программы (7х7) произвело революцию в стратегии технической и тактической подготовке спортсменов. Все эти перемены произошли в короткий срок, что повлекло за собой естественный спад в уровне подготовленности наших спортсменов. Самым не результативным был 1999 год. Однако, начиная с января 2000 года, российская команда «Русский легион», заложив прочную техническую базу, сумела перестроиться и к июлю 2000 года вышла

на пик формы, что сказалось на одном из этапов «Кубка мира 2000» (5-6 августа 2000 г. Стокгольм, Швеция). Там российские пэйнтболисты заняли 3 место.

На протяжении второго этапа с 1999 года по настоящее время наши спортсмены выступают на крупнейших международных соревнованиях достаточно нестабильно. Однако, по итогам Мировой серии, Россия прочно входит в тройку сильнейших стран мира.

В результате анализа, тенденций и уровня развития мирового пэйнтбола, можно сделать выводы о большом преимуществе США, Франции и Великобритании над остальными странами в качестве подготовки пэйнтбольных команд. Практически на всех соревнованиях международного ранга доминируют спортсмены США, занимая, как правило, 1-2 места. После 2000 года завязалась острая борьба за 3 позицию в Мировых рейтингах между Францией, Великобританией и Россией. Отметим, что уровень технической и физической подготовленности наших спортсменов несколько выше чем у соперников, но недостаточная игровая практика и отсутствие резерва не позволяют Российским пэйнтболистам стабилизировать свои позиции. В настоящее время Российская федерация пэйнтбола разработала и внедряет Программы развития и популяризации пэйнтбола в России, в которых основной упор делается на становлении детско-юношеского пэйнтбольного спорта, качество подготовки резерва и расширение географии массовых соревнований. За период с 2011 по 2014 год Российские спортсмены вошли в 3-ку лидеров мирового пэйнтбола, Сборная команда РФ в в 2006-2010 годах трижды становилась Чемпионами мира, а 2011-2013 году стала чемпионами Европы, молодежная сборная РФ по пэйнтболу в 2011 году стала Чемпионами Европы , а в 2012 году Бронзовыми призерами Первенства Европы по пэйнтболу. Системой подготовки наших спортсменов стали интересоваться зарубежные специалисты. С 2010 года на базе пэйнтбольного Центра СК «Арена» проводятся всероссийские учебно-практические семинары для судей, специалистов и тренеров, а также ведется селекционная работа в системе подготовки резерва сборной команды России.

3. Цели и задачи.

Целью формирования сборной команды России по пэйнтболу является подготовка и выступление российских спортсменов на Международных соревнованиях под флагом Российской Федерации, завоевание лидирующих позиций в мировом пэйнтболе, умножение славы Российского спорта и поддержание победных традиций нашей страны.

Задачи:

- Целенаправленная подготовка к Чемпионату Мира 2021 г., Чемпионату Европы;
- Стимулирование развития и популяризации пэйнтбола в России через спортивные достижения;
- Изучение и анализ тенденций развития пэйнтбола как вида спорта в мире;
- Поддержание идей олимпизма через неолимпийские виды спорта;
- Совершенствование научно-методической базы подготовки спортсменов;
- Пропаганда здорового образа жизни;
- Борьба с негативными явлениями в спорте;
- Влияние на развитие детско-юношеского пэйнтбола в России;
- Подготовка высококлассных спортсменов и совершенствование тренерско-преподавательского состава;
- Материально-техническое, методическое, медицинское и кадровое обеспечение спортсменов высшей квалификации;
- Совершенствование системы подготовки резерва;
- Совершенствование системы релаксационно - восстановительных мероприятий.

4. Принципы и критерии формирования сборной команды России по пэйнтболу.

Пэйнтбол как командный вид спорта предъявляет высокие требования к таким компонентам подготовки спортсменов, как психологическая совместимость игроков и высокий уровень индивидуального игрового мастерства. Эти составляющие командной игры особенно отчетливо проявляются в таких дисциплинах пэйнтбола как 5x5 и 7x7. В данных дисциплинах групповые тактические действия во многом зависят от умения спортсмена быстро «подстроиться» к манере игры партнера и уровня индивидуальной тактико-технической подготовленности.

В связи с вышеизложенным, представляется целесообразным комплектование сборной команды России по индивидуальному уровню мастерства спортсмена и степени возможностей психологической адаптации в едином спортивном коллективе. Индивидуальное мастерство кандидатов в сборную России оценивается коллективом тренеров под руководством главного тренера сборных команд России по пэйнтболу в следующем порядке:

1 этап. Тренерский совет федерации под председательством главного тренера рассматривает поименный список кандидатов представленный организациями – членами федерации. После утверждения тренерским советом 12 кандидатур, спортсмены получают официальные приглашения для участия в учебно-тренировочном сборе по формированию сборной команды страны.

2 этап. Проходит на учебно-тренировочном сборе. По окончании УТС, старший тренер сборных команд России по пэйнтболу предоставляет списочный состав членов сборной команды России на утверждение главного тренера.

3 этап. На этом этапе список сборной команды России по пэйнтболу утверждается Минспортом России и ФГБУ ЦСП, и члены сборной команды заключают договор-обязательство с Российской федерацией пэйнтбола.

Критерии отбора кандидатов в сборную команду России по пэйнтболу:

1. Результаты выступлений на Чемпионате и Кубке России за сезон.
2. Выполнение контрольных упражнений и нормативов.

Психологическая готовность спортсмена оценивается группой тренеров при проведении учебно-тренировочного сбора по следующим критериям:

1. Устойчивость мотивации к высоким спортивным достижениям.
2. Лабильность внимания, терпение, оперативное мышление, оперативная память
3. Коллективизм, психологическая устойчивость к сбивающим факторам.

Контрольные нормативы.

Специальная физическая подготовка.

№ п/п	Контрольное упражнение	Норматив
1	Бег со старта из положения лежа 30 м. 10 м.	4.2 Сек. 2.0 сек.
2	Сгибание и разгибание рук в у/л за 10 сек. (кол./раз)	16

3	Прыжок в длину толчком двух ног с места (м.)	2.60
4	Сгибание туловища из и.п лежа на спине руки за голову за 20 сек (кол./раз)	30
5	Поднимание прямых ног до касания перекладины в висе (кол./раз)	25
6	«Уход – выход» за 2 сек (кол./ раз)	4

Техническая подготовка.

№ п/п	Контрольное упражнение	Норматив (% попаданий)
1	Из различных положений за укрытием стрельба «на выходе» одиночными выстрелами (10 серий, дист. 10-15 м.)	90%
2	Из положения «сидя за укрытием» стрельба на выходе сериями из 2-х выстрелов (10 серий, дист. 20-25 м.)	80-85 %
3	То же из положения стоя	80 %
4	Из положения «стоя за укрытием» стрельба на выходе сериями из 3-4-х выстрелов (10 серий, дист.25-35 м.)	70 %
5	То же из положения сидя	85 %
6	Из положения «стоя за укрытием» стрельба на выходе сериями из 5-6 выстрелов (10 серий, дист. 40-45 м.)	75-80 %
7	Стрельба из различных положений с перемещениями от укрытия к укрытию и изменением дистанции стрельбы за 30 сек. (3 укрытия, 6 мишеней)	80 %

Примечание: все упражнения в стрельбе выполняются в комплексе с перемещениями и выполнением подкатов. Стрельба ведется по неподвижным целям.

Тактическая подготовка.

В оценке тактических действий спортсмена принимает участие одновременно несколько тренеров-преподавателей. Визуально оцениваются действия спортсмена по следующим критериям: инициативность, оперативно-тактическое мышление, «видение»

игрового поля, решительность, взаимодействие с партнерами, пространственно-временная ориентация.

Контрольные упражнения:

- игра один на один – 40 сек.;
- игра один против двух – 1 мин.;
- игра два против четырех – 1 мин. 30 сек.;
- игра четыре против шести – 5 мин.;
- игра трое против двоих – 1,3 мин.

Данные принципы и критерии отбора основанного на сочетании спортивного принципа и нормативных требований, оправдали себя на протяжении двух последних лет и остаются в основе критериев отбора. Однако, руководствоваться только этим не достаточно. Поэтому, в зависимости от изменений в международных правилах, тенденциях развития пэйнтбола и поставленных перед командой задач, критерии отбора и нормативные требования будут разрабатываться и утверждаться в каждом конкретном случае отдельно.

5. План – прогноз спортивных достижений.

1.Целевые задания российским спортсменам на Чемпионате Европы, Чемпионате Мира 2021/24 г.г.

При оптимальном решении основных задач подготовки (спортивно-методического, информационного, материально-технического, медико-биологического, финансового, и др.) наша сборная команда способна на Чемпионате мира 2021/22 года бороться за завоевание следующих медалей:

Золотая медаль – в дисциплине 5x5 женщины

Золотая медаль – в дисциплине 5x5 мужчины

2.Прогноз спортивных достижений на период 2021-2024 год.

2021 г.

Чемпионат Европы (мужчины/женщины) 5x5 1-5 место

Первенство Европы (юниоры/юниорки) 5x5 1-5 место

2022 г.

Чемпионат Мира (мужчины/женщины) 5x5 1-4 место

3x3 1-4 место

Первенство Европы (юниоры/юниорки) 5x5 1-4 место

2023 г.

Чемпионат Европы (мужчины/женщины)	5x5	1-3 место
Первенство Европы (юниоры/юниорки)	5x5	1-3 место

2024 г.

Чемпионат Мира (мужчины)	5x5	1-2 место
Чемпионат Мира (женщины)	5x5	1-2 место
Чемпионат Европы (мужчины/женщины)	5x5	1-2 место
Первенство Европы (юниоры/юниорки)	5x5	1-2 место