

# ФЕДЕРАЦИЯ ГРЕБНОГО СЛАЛОМА РОССИИ

---



## **ОТЧЕТ ГЛАВНОГО ТРЕНЕРА СБОРНОЙ КОМАНДЫ РФ ПО ГРЕБНОМУ СЛАЛОМУ ПО ИТОГАМ ВЫПОЛНЕНИЯ ЦЕЛЕВОЙ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ К ИГРАМ XXXII ОЛИМПИАДЫ В ТОКИО.**

Главный тренер

---

Москва – 10 октября 2018

## СОДЕРЖАНИЕ

	Введение	3
1	Результаты выступления основного состава на главных стартах сезона	3
1.1	Результаты выступления резервного состава на главных стартах сезона	4
2	Централизованная подготовка	4
2.1	Тренировочный процесс сборной команды	5
2.3	Система отбора	7
3	Индивидуальный анализ	8
4	Тренеры и специалисты сборной команды	10
5	Медицинское и антидопинговое обеспечение сборной команды	11
6	Положение дел в неолимпийских дисциплинах	12
7	Ключевая информация по подготовке команды в 2018 г.	12
8	План-прогноз выступления сборной команды в 2019 г.	14
9	Статистика выступлений сборной команды России по гребному слалому	15
10	Выводы	19

## Введение.

Подготовка российских спортсменов к крупнейшим соревнованиям проводилась в соответствии с Целевой комплексной программой (далее ЦКП) по гребному слалому в сезоне 2017-2020 и Единым календарным планом запланированным сборной командой на 2018 г.

На спортивный сезон 2018 тренерским штабом было определено несколько первостепенных задач:

- Спортсмены, отвечающие критериям сборной команды, основанным на возрасте. Тренерский состав с участием новых молодых тренеров, проходящих программу обучения.
- введение научно-методического обеспечения согласно ЦКП;
- разработка единой программы подготовки сборной команды.
- освоение новых потенциально перспективных дисциплин;

После зимнего подготовительного периода, в рамках Кубка России по гребному слалому, были отобраны спортсмены в национальную команду. Эти спортсмены подтвердили свое право быть в команде, выполнив критерии отбора.

После введения этих критериев отбора произошли важные изменения в результатах на международных соревнованиях.

К тому же, большинство спортсменов, готовившихся в составе сборной команды России, отобраны в команду для участия в Чемпионате мира.

Ярким фактом для сборной команды в 2018 году является бронзовая медаль Павла Эйгеля в классе K1M на Чемпионате мира. Это первая медаль на Чемпионате мира, за всю историю гребного слалома России.

### 1. Результаты выступления основного состава на главных стартах сезона:

Основными целевыми индикаторами эффективности подготовки спортивной сборной команды являлись результаты на главных международных стартах в спортивном сезоне 2018 г.

Дисциплина		ЧЕ 2018		ЧМ 2018	
		План	Выполнение	План	Выполнение
Мужчины	Каное одиночка	6-15	<b>18</b>	8-15	<b>29</b>
	Байдарка	3-12	<b>7</b>	6-12	<b>3</b>
Женщины	Каное одиночка	6-15	<b>21</b>	6-15	<b>16</b>
	Байдарка	8-15	<b>26</b>	10-15	<b>34</b>

Цель была достигнута только в классе K1M

Три остальных класса не смогли достичь поставленной цели. Причины, по которым это произошло будут детально проанализированы (в пункте 3, стр. 9-11).

### 1.1 Результаты выступления резервного состава на главных стартах сезона:

Вид программы		ПМ/ПЕ 2018 U24 Запланировано		ПМ/ПЕ 2018 U24 Выполнено	
		Финал	Медаль	Финал	Медаль
Мужчины	Байдарка	1	0	1	0
	Каное одиночка	1	1	2	0
Женщины	Байдарка	1	0	0	0
	Каное одиночка	2	0	1	0

Вид программы		ПМ/ПЕ 2018 U19 Запланировано		ПМ/ПЕ 2018 U19 Выполнено	
		Финал	Медаль	Финал	Медаль
Мужчины	Байдарка	2	1	2	0
	Каное одиночка	2	0	0	0
Женщины	Байдарка	1	0	1	0
	Каное одиночка	1	1	1	1

Резервный состав на Первенствах мира и Европы достиг 8 финалов вместо 11, как было запланировано в ЦКП.

Нам необходимо разработать «программу талантов», чтобы побудить регионы обновлять свою подготовку. Вторая цель этой программы - поднять специальную подготовку наших молодых гребцов к международным стандартам.

### 2. Централизованная подготовка:

Подготовка сборной команды велась согласно Единому календарному плану (далее ЕКП) на 2018 г.

Со 2 октября 2017 года сборная команда реализовала 237 тренировочных дней на сборах. Мы продолжаем увеличивать объем тренировок, начатых в течение последних 6 лет. Нам также удалось повысить эффективность подготовки с более длительными сборами (меньше переездов и меньше дней акклиматизации).

Год	2013 с 1 января	2014	2015	2016	2017	2018
Главные старты сезона	Прага (Чехия)	Дип-Крик (США)	Ли Валли (Великобритания)	Рио-де-Жанейро (Бразилия)	По (Франция)	Рио-де-Жанейро (Бразилия)
Количество сборов	11	15	18	12	15	12
Количество дней акклиматизации	50	78	100	108	59	48
<b>Количество дней на сборах</b>	<b>167</b>	<b>190</b>	<b>209</b>	<b>207</b>	<b>202</b>	<b>237</b>
Количество эффективных дней тренировок	117	112	109	99	143	189

*Кол-во дней акклиматизации = количество дней в пути + 1 день на каждый сменившийся часовой пояс.*

Из таблицы видно, что нам удалось добиться значительного повышения количества тренировочных дней во время спортивных мероприятий и реализовать один из самых эффективных сезонов.

Ограничение количество дней нахождения в зоне шенгенского соглашения ведет к увеличению периода тренировочных дней в России.

Тренировочные условия в России (погода, спортивные сооружения) не соответствуют стандартам подготовки высокого уровня.

В течение следующих 2-х сезонов нам необходимо задействовать зимнюю подготовку в южном полушарии Земли. Это связано с длительными путешествиями и разницей в часовых поясах. Это означает, что нам придется проводить сборы дольше по времени, чтобы ограничить влияние акклиматизации на тренировочный процесс.

## **2.1 Тренировочный процесс сборной команды.**

Согласно нашему ЦКП, второй год тренировочного цикла был направлен на развитие технических навыков у спортсменов.

Для достижения этой цели мы увеличили количество дней на сборах, по сравнению с тем, что было запланировано в ЦКП, потому что нам было необходимо провести больше тренировок на бурной воде.

Период специальной подготовки также был с более высокой тренировочной загруженностью. Цель состояла в том, чтобы передать развитые технические навыки спортсменов в последующую финальную подготовку.

## Сравнительный анализ тренировочных нагрузок запланированных по ЦКП:

**2018: выполнено**

Период	Втягивающий		Базовый		Контрольно-подготовительный		Предсоревновательный		Предсоревновательный (спец.)		Соревновательный		Всего	
	02/10/17	31/12/17	01/01/18	28/01/18	29/01/18	04/05/18	05/05/18	08/07/18	09/07/18	24/08/18	25/08/18	17/09/18	02/10/17	17/09/18
Период	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ
Всего	91	38	42	19	82	62	72	56	33	21	46	41	366	237
%	41,8%		45,2%		75,6%		77,8%		63,6%		89,1%		64,8%	
Вид	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%
И1	9	7,0%	13	14,3%	17	11,6%	14	11,5%	5	9,3%	8	10,7%	66	10,7%
И2	24	18,6%	10	11,0%	15	10,3%	3	2,5%	7	13,0%	2	2,7%	61	9,9%
И3	2	1,6%	0	0,0%	5	3,4%	4	3,3%	7	13,0%	2	2,7%	20	3,2%
И4	0	0,0%	0	0,0%	12	8,2%	17	13,9%	3	5,6%	11	14,7%	43	7,0%
И5	5	3,9%	0	0,0%	9	6,2%	5	4,1%	2	3,7%	3	4,0%	24	3,9%
И6	0	0,0%	0	0,0%	3	2,1%	8	6,6%	1	1,9%	8	10,7%	20	3,2%
ТЕСН (Техника)	28	21,7%	0	0,0%	42	28,8%	40	32,8%	17	31,5%	20	26,7%	147	23,8%
RM (разв-ие сил. кач-в)	33	25,6%	42	46,2%	22	15,1%	15	12,3%	8	14,8%	9	12,0%	129	20,9%
РРА (Координация)	28	21,7%	26	28,6%	21	14,4%	16	13,1%	4	7,4%	12	16,0%	107	17,3%
<b>Всего</b>	<b>129</b>	<b>100,0%</b>	<b>91</b>	<b>100,0%</b>	<b>146</b>	<b>100,0%</b>	<b>122</b>	<b>100,0%</b>	<b>54</b>	<b>100,0%</b>	<b>75</b>	<b>100,0%</b>	<b>617</b>	<b>100,0%</b>

**2018: различие между тренировочным планом запланированным по ЦКП и выполненным**

Период	Втягивающий		Базовый		Контрольно-подготовительный		Предсоревновательный		Предсоревновательный (спец.)		Соревновательный		Всего	
	02/10/17	31/12/17	01/01/18	28/01/18	29/01/18	04/05/18	05/05/18	08/07/18	09/07/18	24/08/18	25/08/18	17/09/18	02/10/17	17/09/18
Период	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ
Всего	0	-1	14	19	-14	4	7	8	-14	0	22	17	0	47
%	42,9%		0,0%		60,4%		73,8%		44,7%		100,0%		54,1%	
Вид	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%
И1	0	0,0%	0	-9,4%	3	2,9%	6	1,7%	1	3,6%	6	4,0%	16	1,2%
И2	0	0,0%	10	11,0%	3	2,8%	0	-1,2%	3	7,3%	2	2,7%	18	1,7%
И3	0	0,0%	0	0,0%	-6	-3,5%	3	2,1%	-1	1,7%	1	-0,7%	-3	-1,1%
И4	0	0,0%	0	0,0%	9	6,3%	2	-4,4%	0	1,3%	7	1,3%	18	2,2%
И5	0	0,0%	0	0,0%	-5	-2,6%	-2	-4,4%	-3	-3,3%	0	-6,0%	-10	-2,6%
И6	0	0,0%	0	0,0%	-2	-1,1%	6	4,1%	-4	-5,2%	8	10,7%	8	1,0%
ТЕСН (Техника)	0	0,0%	0	0,0%	-6	-1,2%	14	1,1%	-4	1,9%	10	-6,7%	14	-1,4%
RM (разв-ие сил. кач-в)	0	0,0%	23	11,6%	-7	-3,1%	2	-3,6%	-8	-7,7%	4	-4,7%	14	-0,9%
РРА (Координация)	0	0,0%	3	-13,2%	-3	-0,6%	9	4,6%	-1	0,4%	7	-0,7%	15	-0,1%
<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>0,0%</b>	<b>36</b>	<b>39,6%</b>	<b>-14</b>	<b>-9,6%</b>	<b>40</b>	<b>32,8%</b>	<b>-17</b>	<b>-31,5%</b>	<b>45</b>	<b>60,0%</b>	<b>90</b>	<b>14,6%</b>

Для достижения цели в улучшении технических навыков спортсменов мы увеличили:

- объем тренировок с невысокой интенсивностью на низкой скорости для лучшего понимания движений (I1-I2 +3%),
- количество тренировок, направленных на развитие технических навыков для большего повторения специальных движений (+1.1%),
- количество тренировок максимально приближенных к соревновательной деятельности (+0.8%).
- Спортивная сборная команда по гребному слалому начала разработку собственного программного обеспечения, адаптированного к планшетам и компьютерам для анализа видео и первая версия программы уже успешно использовалась в сезоне 2018. Спортсмены могут установить это программное обеспечение на свои личные устройства.

Период	01.10.16	01.10.17	02.10.17	02.10.18	Разница 2018 / 2017	
	День	ТМ	День	ТМ	День	ТМ
Всего	366	202	366	237	0	35
%	55,2%		64,8%		<b>9,6%</b>	
Вид	Nbe	%	Nbe	%	Nbe	%
I1	54	9,2%	66	10,7%	12	1,5%
I2	49	8,4%	61	9,9%	12	1,5%
I3	27	4,6%	20	3,2%	-7	-1,4%
I4	36	6,1%	43	7,0%	7	0,8%
I5	36	6,1%	24	3,9%	-12	-2,3%
I6	10	1,7%	20	3,2%	10	1,5%
ТЕСН (Техника)	133	22,7%	147	23,8%	14	1,1%
RM (разв-ие сил. кач-в)	133	22,7%	129	20,9%	-4	-1,8%
РРА (Координация)	108	18,4%	107	17,3%	-1	-1,1%
<b>Всего</b>	<b>586</b>	<b>100,0%</b>	<b>617</b>	<b>100,0%</b>	<b>31</b>	<b>+ 5,3 %</b>

### 2.3 Система отбора:

Как и в 2017 г. мы сохранили два этапа отбора:

- Национальный отбор.
- Международный отбор.

#### Национальный отбор:

Мы использовали критерии эффективности (процентное отставание от первой лодки в каждой категории) выступлений спортсменов основанных на статистике международных результатов за последние 10 лет.

В то же время, спортсмены оценивались по одной попытке, а не по лучшей попытке из 2-х, как было ранее, чтобы воспроизвести условия международных соревнований.

Но тем не менее, это позволило сохранить молодую команду (на 3 года моложе, чем в 2014 году).

Год	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Средний год рождения	1988	1988	1988	1990	1996	1995
Средний возраст	24,7	26,0	26,5	26,5	21,4	23,1

Однако, молодые спортсмены на соревнованиях показывают более нестабильные результаты.

Поскольку мы сохранили ту же рейтинговую систему (2-е лучшие гонки из 3-х), спортсмены были классифицированы по 2-е попыткам, а не по 4-е, как это было в 2017 году. Этот фактор создал трудности в команде, квалифицированной на этап международного отбора.

### **Международный отбор:**

Мы увеличили количество российских спортсменов, участвующих в 6-ти международных соревнованиях, включенных в международный этап отбора (21 в 2017 году-37 в 2018 году).

Результат международного этапа отбора подтвердил высокий уровень спортсменов, проходящих подготовку в составе сборной команды.

Мы ожидаем продолжения роста конкуренции во время отбора на Олимпийские Игры.

Наши спортсмены продолжают получать опыт выступления на международных соревнованиях. В системе рейтинга и отбора на 2019 год мы планируем увеличить количество стартов на международных соревнованиях.

### **Состав сборной команды на чемпионат мира 2018 г.:**

Класс		Ф.И.	Регион	Результат
Мужчины	C1	Непогодин Александр (1995) Сеткин Кирилл (1993) Храмцов Дмитрий (1999)	Московская обл. Алтай Нижний Тагил	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 место ПМ до 24-х лет</li> <li>• Топ 10 наций на ЧЕ</li> <li>• Полуфиналист КМЗ</li> </ul>
	K1	Эйгель Павел (1990) Маймистов Сергей (1997) Шабанов Максим (1994)	Москва Санкт-Петербург Москва	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 7 место на ЧЕ</li> <li>• 4 место ПЕ до 24-х лет</li> <li>• Полуфиналист КМЗ</li> </ul>
Женщины	K1	Харитоновна Марта (1984) Перова Екатерина (1985) Миназова Алеу (1998)	Санкт-Петербург Москва Московская обл.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 место на КМ5</li> <li>• 2 место в российском рейтинге</li> <li>• 2 место в российском рейтинге среди юниоров</li> </ul>
	C1	Сабитова Зульфия (1993) Миназова Алеу (1998) Мухгалеева Полина (1991)	Тюмень Московская обл. Красноярск	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 место в российском рейтинге</li> <li>• 4 место ПЕ до 24-х лет</li> <li>• Топ 10 наций</li> </ul>

### **3. Индивидуальный анализ спортсменов сборной команды, выступавших на чемпионате мира:**

Класс		Ф.И.	Регион	Результат
Мужчины	C1	Сеткин Кирилл (1993)	Алтай	29
		Непогодин Александр (1995)	Московская обл.	35
		Храмцов Дмитрий (1999)	Нижний Тагил	37
	K1	Эйгель Павел (1990)	Москва	3



		Шабанов Максим (1994)	Москва	45
		Маймистов Сергей (1997)	Санкт-Петербург	67
Женщины	K1	Перова Екатерина (1985)	Москва	49
		Харитонов Марта (1984)	Санкт-Петербург	48
		Миназова Алсу (1998)	Московская обл.	34
	C1	Сабитова Зульфия (1993)	Тюмень	37
		Мухгалеева Полина (1991)	Красноярск	16
		Миназова Алсу (1998)	Московская обл.	28

- C1M:

В феврале 2018 года лидером данного класса Сеткиным Кириллом во время тренировки была получена травма правого голеностопного сустава. На процесс лечения и реабилитации было затрачено 50 дней базовой подготовки. Пройдя полный курс восстановительных мероприятий, в конце апреля 2018 он приступил к полноценным тренировкам. Но, отсутствие базовой и специальной подготовки во время травмы стало препятствием для более успешного выступления на протяжении всего сезона.

Между тем, молодые перспективные спортсмены Александр Непогодин и Дмитрий Храмцов добились значительных результатов. Непогодин А. стал 2 раза четвертым на Первенстве мира и Европы до 24-х лет, Храмцов Дмитрий выполнил моделирование олимпийской квоты на Кубке мира 3 (Аугсбург). Тем не менее их уровень все еще не стабилен. Непогодин А. и Храмцов Д. были впервые на олимпийском канале в Рио-де-Жанейро и 10 дней специальной подготовки перед чемпионатом мира было недостаточно, чтобы адаптироваться к сложному слаломному каналу.

В классе C1M мы рассматриваем других перспективных спортсменов для создания конкуренции внутри класса, проводя совместную подготовку для того чтобы завоевать олимпийскую лицензию в 2019.

- K1M:

Бронзовая медаль Павла Эйгеля - большой стимул на пути к Олимпийским Играм в Токио 2020. В течение 6 лет Павел находился на уровне мировых лидеров, но не получалось реализовать свой потенциал. Дважды в этом году Павлу удалось выйти в финал крупнейших международных соревнований (чемпионат Европы - 7 место, чемпионат мира – 3 место). Достигнутый результат демонстрирует улучшение спортивной формы в течении сезона.

Так же наши молодые спортсмены показали высокие результаты на юниорских и юношеских соревнованиях (Маймистов Сергей – 4 место ПЕ, Смирнов Егор – 6 место ПМ, Лабасов Дмитрий – финалист ПЕ)

Основной задачей является продолжение увеличения конкуренции в классе и сохранение положительной динамики улучшения результатов.

- K1Ж:

В январе 2018 года Марта Харитоновна находясь в стационаре, прошла курс лечения острой респираторной инфекции, с дальнейшей реабилитацией. Данный факт позволил спортсменке набрать хорошую форму лишьк концу сезона, где она показала высокий результат (6 место на финальном Кубке мира) и была в оптимальной спортивной форме во время подготовки и выступления на чемпионате мира в Рио-де-Жанейро. Но, несмотря на это из-за технической ошибки не смогла достичь результата, как это иногда случается в слаломе.

Помимо основного лидера в классе К1Ж, у нас также было достойное 8-е место Елизаветы Тереховой (17 лет) на Первенстве Европы среди юношей. Мы ожидаем в ближайшем времени увидеть ее в основном составе сборной команды.

- С1Ж:  
В 2018 году Дарья Шайдурова стала победителем Первенства Европы среди спортсменов до 19-ти лет, а также Миназова Алсу заняла 4-е место на Первенстве Европы среди спортсменов до 24-х лет и 5-е место на финальном этапе Кубка мира в Ла Сеу Д'Уржель.

#### **4. Тренеры и специалисты сборной команды:**

При поддержке ФГБУ “ЦСП” и Федерации гребного слалома России мы продолжаем развитие стратегии наставничества для 4-х молодых российских тренеров.

Были наняты 3 новых тренера:

1. Александр Липатов: 3-х кратный участник Олимпийских Игр. Он обладает большим опытом участия в крупных международных спортивных мероприятиях. Отвечает за класс С1М.
2. Дмитрий Тимаков: в прошлом спортсмен высокого уровня, член сборной России. Отвечает за класс С1Ж.
3. Евгений Доронин: в прошлом спортсмен высокого уровня, член сборной России, он передает свои знания и опыт спортсменам в К1М, К1Ж.

В сборной команде продолжает работать Максим Образцов, являющийся старшим тренером спортивной сборной команды резервного состава.

Тренеры работают под руководством главного тренера и перенимают опыт по следующим направлениям:

- Иностранный язык (английский)
- Использование специализированного программного обеспечения.
- Индивидуальная работа:
  - Александр Липатов: карьерный план спортсмена.  
Он предлагает структурные изменения в подготовке наших спортсменов (национальные соревнования, юношеские Олимпийские игры, национальные тесты).
  - Дмитрий Тимаков: анализ спортивных результатов.  
Он создает базу данных всех результатов (соревнований и тренировок).
  - Евгений Доронин: эргономика.  
Он разрабатывает рекомендации по выбору экипировки.
  - Максим Образцов: инновации в тренировочном процессе.  
Он связан с нашей экспертной группой и предлагает изменения в нашей программе обучения.

Результаты этой программы положительные, так как, помимо тренерских обязанностей, национальная сборная теперь может рассчитывать на четыре молодых специалиста, которые способны выполнять свои обязанности с необходимым пониманием всего процесса подготовки.

Параллельно сборная также привлекает региональных тренеров на учебно-тренировочные сборы и соревнования, чтобы передать наш опыт регионам.

В 2019 мы планируем продолжать и развивать работу в данном направлении.

## **5 Медицинское и антидопинговое обеспечение сборной команды:**

Согласно утвержденному ЦКП 2016-2020 гг, при поддержке ФГБУ ФНКЦСМ ФМБА России внутри команды было организовано медико-биологическое сопровождение.

На протяжении всего периода, за исключением нескольких сборов, сборную команду на тренировочных мероприятиях и во время соревнований сопровождал врач по спортивной медицине Роянов Д.О. Также, к работе с командой были привлечены спортивный психолог Сохликова В.А. и массажистка Бизина Т.С.

Во время проведения сборов специалистами осуществлялось ТО (Текущее обследование), которое давало возможность проанализировать динамику показателей, характеризующих общее функциональное состояние и отдельные стороны подготовленности спортсмена, срочный и кумулятивный тренировочный эффект с целью своевременного выявления чрезмерности тренировочных воздействий, техническую и технико-тактическую подготовленность, психологическое состояние, а также выработать рекомендации по оптимизации тренировочного процесса.

В соответствии с ЕКП на 2018 год, при содействии ФГБУ ФНКЦСМ ФМБА России дважды было организовано углубленное медицинское обследование (УМО). С апреля по май 2018 был обследован 77 спортсменов – все спортсмены были допущены до тренировок и участия в соревнованиях. В период с октября по ноябрь 2018 года планируется обследовать 72 спортсмена.

За весь указанный период в клиники ФМБА со стороны спортсменов было 66 обращения из них 9 госпитализаций в стационар. Все обследования, консультации и лечение были организованы своевременно, в полном объеме.

В январе 2018 года спортсменка Харитоновна М.Н., в связи с болезнью была снята с тренировочного мероприятия и отправлена на госпитализацию в терапевтическое отделение в клинику ФМБА по месту жительства, где прошла полный курс лечения и реабилитации.

В феврале 2018 года Сеткин К.Д., во время тренировки получил травму правого голеностопного сустава. Был отправлен в Москву, где было проведено специальное обследование, на основании которого было назначено лечение с последующей реабилитацией. Пройдя полный курс восстановления, в апреле 2018 года вернулся к полноценному тренировочному процессу, учитывая рекомендации врачей.

В августе 2018 года спортсмен резервного состава Инкин Н.А., во время тренировки получил повторную травму правого плечевого сустава. Была оказана первая медицинская помощь, организован осмотр в местной больнице. По возвращению в Москву был прооперирован и на данный момент проходит курс реабилитации.

Ежегодно в период октябрь-ноябрь, спортсменам, изъявившим желание, проводится вакцинация от гриппа. Осенью 2017 года было привито 11 спортсменов, в 2018 году планируется 14 спортсменов.

В отношении реализации антидопинговой программы внутри команды тренерами и медицинским персоналом постоянно ведется просветительская работа о вреде использования запрещенных методов и субстанций в спорте. Дважды, при поддержке Российского антидопингового агентства РУСАДА, проводились учебно-практические семинары. В ноябре 2018 года планируется проведение вебинара для членов сборной команды. Также, каждым спортсменом и специалистом, работающим в сборной, было пройдено обучение и получен сертификат WADA, подтверждающий знание антидопинговых правил. В августе 2018 года был обновлен список

спортсменов, входящих в международный пул тестирования, которые обязаны ежеквартально предоставлять в системе АДАМС информацию о своем местонахождении. На данный момент в Федерации гребного слалома 9 спортсменов, состоящих в Международном Пуле Тестирования. Данные спортсмены регулярно вносят информацию о своем местонахождении, своевременно получая необходимую информацию о тренировочном мероприятии, запланированных выездах. Созданы специальные группы в мессенджерах, ведется рассылка по электронной почте, направленная на напоминание и контроль над внесением данных.

За данный период была взята 41 проба на допинг контроль, из них 16 проб были отобраны за рубежом. Ни в одном случае исследования не показали положительного результата, все пробы – «чисты».



## 6 Положение дел в неолимпийских дисциплинах:

- **Экстремальный слалом:**

Наши выступления в новой дисциплине в 2018 году были успешными:

- К1М: мы выиграли 3 из 4 Кубков мира и общий зачет.
- К1Ж: в Кубке мира мы завоевали 1 золотую и 2 бронзовые медали, а также бронзовую медаль в общем зачете.

Данная дисциплина очень перспективна в России. Тренировки можно проводить эффективно на любой реке (не только на слаломном канале). Это может привлечь в нашу Федерацию новых спортсменов, тем самым способствовать популяризации гребного спорта в России. Именно поэтому экстремальный слалом был задействован во всероссийских соревнованиях.

- **C2 Микс:**

На Первенстве мира среди спортсменов до 24-х лет мы завоевали серебряную медаль.

К сожалению, у нас не хватает средств для привлечения дополнительных спортсменов к необходимой подготовке для развития этого класса.

Для более качественного развития нового класса мы должны улучшить данное направление в последующие 2 года.

## 7 Ключевая информация по подготовке команды в 2019 г.:

### Информация по завоеванию лицензии для участия в Олимпийских Играх:

В 2019 году во время чемпионата мира в Ла Сеу Д'Уржелль (Испания, 25-30 сентября 2019 года) будут разыграны лицензии на Олимпийские Игры 2020.

Чтобы завоевать олимпийскую лицензию, наши спортсмены должны войти в 18-ть наций в категориях К1М и К1Ж и 11-ть наций в категориях С1М и С1Ж.

В 2020 году во время чемпионата Европы в Ли-Вэлли (Великобритания, 14-17 мая 2020 года) пройдет континентальный добор на Олимпийские игры. Будет разыгрываться по одной олимпийской лицензии в каждом классе.

См. таблицу ниже.

Категория	Квоты на чемпионате мира	Континентальный отбор						Сумма	Страна организатор	Сумма
		Европа	Америка	Азия	Африка	Океания	Сумма			
К1 мужчины	18	1	1	1	1	1	5	1	24	
С1 мужчины	11	1	1	1	1	1	5	1	17	
К1 женщины	18	1	1	1	1	1	5	1	24	
С1 женщины	11	1	1	1	1	1	5	1	17	
<b>Сумма</b>	<b>58</b>						<b>20</b>	<b>4</b>	<b>82</b>	

Среднее процентное отставание от победителя в классе, допустимое для завоевания олимпийской лицензии на основании статистики результатов 2018 года.

Класс	КМ1	КМ2	КМ3	КМ5	ЧМ	Ср. значение
С1М	106,9	108,2	108,2	105,1	103,7	<b>106,42 %</b>
С1Ж	107,8	108,9	112,6	109,1	121	<b>111,88 %</b>
К1М	109,2	107,8	108,2	104,4	107,1	<b>107,34 %</b>
К1Ж	113,4	114,4	113,3	114,2	115,3	<b>114,12 %</b>

Конкуренция в классе С1М является наиболее высокой.

## Результат российских спортсменов среди наций в 2018г.

Ф.И.	№	1	2	3	4	5	6	Количество потенциально завоеванных лицензий
	Класс	ЧЕ Прага	КМ Л. Микулаш	КМ Краков	КМ Аугсбург	КМ Сеу	Чемпионат Мира	
Непогодин Александр	С1М	13	11				18	4
Сеткин Кирилл	С1М	8	16	11	15	18	17	
Храмцов Дмитрий	С1М			17	11		19	
Смирнов Павел	С1М	18	19					
Клевлеев Анвар	С1М					19		
Шклярук Николай	С1М			16	26			
Миназова Алсу	С1Ж	11	7			5	14	8
Мухгалеева Полина	С1Ж			9	8	15	10	
Шайдурова Дарья	С1Ж	13	12					
Сабитова Зульфия	С1Ж			11	14	10	16	
Козырева Анастасия	С1Ж	13	16					
Эйгель Павел	К1М	6	8	14	12	11	3	8
Шабанов Максим	К1М	24	21	13	19	21	21	
Губенко Никита	К1М			23	19			
Маймистов Сергей	К1М	18	21				30	
Резайкина Елена	К1Ж	12						11
Харитонова Марта	К1Ж			13	13	6	22	
Перова Екатерина	К1Ж	13	18	13	18	17	22	
Бедоева Арина	К1Ж	13	21					
Миназова Алсу	К1Ж					19	17	
<b>Общее количество потенциально завоеванных олимпийских лицензий</b>		<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>31</b>

Эта таблица международного рейтинга на 2018 год подтверждает сложность завоевания лицензии в классе С1М.

Это означает, что нам нужно уделить особое внимание этому классу в следующем сезоне. Мы также можем отметить, что 3 спортсмена смогли достичь уровня завоевания олимпийской лицензии хотя бы один раз. Этим 3 спортсменам от 20 до 25 лет. Это означает, что у них есть потенциал для существенного прогресса в течение года.

В С1Ж олимпийская квота кажется относительно обеспеченной, так как 3 лодки достигли необходимого результата более одного раза.

В К1М Павел Эйгель показал необходимый результат на 6-ти из 8-ми соревнований. Это означает, что мы должны уделить внимание другим спортсменам в этом классе, для повышения конкуренции.

В классе К1Ж завоевание олимпийской лицензии наиболее гарантировано. Тем не менее, мы будем искать новое поколение спортсменов для омоложения этого класса.

В 2018 году 12 спортсменов показали результат достаточный для завоевывания олимпийской лицензии в каждом классе, что значительно больше чем в 2015 году (7 спортсменов).

### Информация по чемпионату мира Сеу Д.Уржелъ (Испания):

Сеу Д 'Уржелъ является местом проведения Олимпийских игр 1992 года. С 2014 года ежегодно наша команда проводит минимум три недели сборов на этом канале (с 2013 по 2018 - 222 дня, на 2019 год запланировано 89 дней). Наша команда хорошо адаптирована к этому каналу. Статистика рейтинга стран также подтверждает, что это наш самый успешный Кубок мира в 2018 году.

Национальная команда проведет свой отбор в Сеу Д 'Уржелъ в 2019 году, чтобы увеличить опыт гонок под высоким давлением на этом канале.

## **8 План-прогноз выступления сборной команды в 2019 г.:**

В 2018 году мы ставили задачу улучшить технику наших спортсменов. Таким образом, мы, возможно, недостаточно сосредоточились на подготовке к соревнованиям. Как следствие, наши результаты немного шагнули вниз. Для достижения нашей цели по завоеванию 4 олимпийских лицензий в 2019 году, мы сосредоточимся на оптимизации нашей подготовки для выступления на крупнейших международных соревнованиях:

- проведение специальной подготовки на слаломном канале в г. Сеу Д.Уржелъ;
- повышение качества научно-методического обеспечения;
- повышение качества подготовки ведущих спортсменов.

План-прогноз на 2019 год по ЦКП:

Дисциплина		2019	
		ЧЕ	ЧМ
Мужчины	C1	6 - 12	8 - 12
	K1	3 - 12	6 - 12
Женщины	C1	6-12	6-12
	K1	6 - 15	8 - 15

## **9 Статистика выступлений сборной команды России по гребному слалому.**

Для лучшей оценки развития российской команды необходимо посмотреть на развитие сильнейших стран в гребном слаломе.

### **Рейтинг стран-медалистов по итогам чемпионатов мира и Олимпийских Игр**

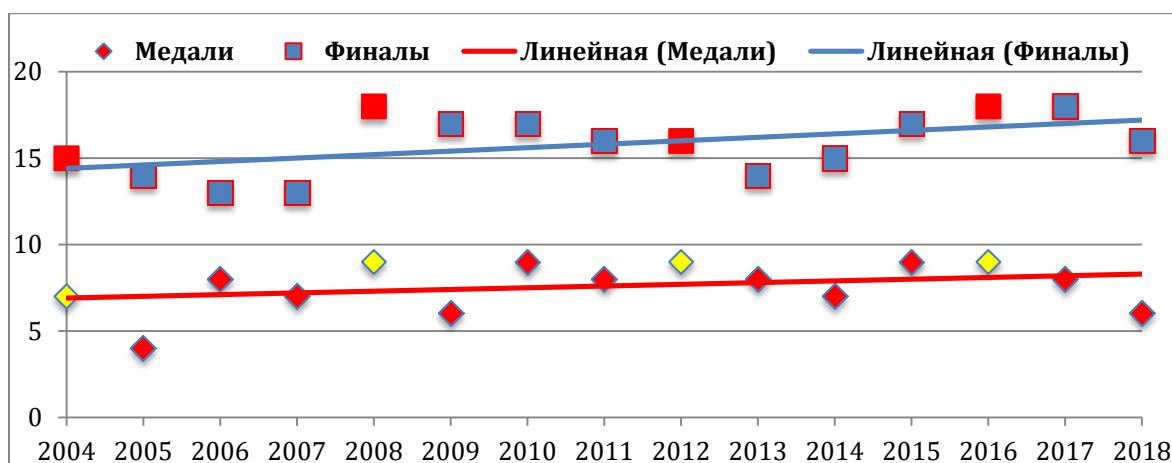
Место	Страна	2013	2014	2015	2016	2017	2018	Среднее
1	<b>GER</b>	5	6	2		6	<b>1</b>	4,0
2	<b>AUS</b>		2	7	7	3	<b>2</b>	4,2
3	<b>GBR</b>	1		3	1	3	<b>3</b>	2,2
4	<b>CZE</b>	2		1	7	1	<b>4</b>	3,0
5	<b>RUS</b>						<b>5</b>	5,0
6	<b>FRA</b>	3	1	5	3			3,0

7	<b>SLO</b>	6	3	4	5	2		4,0
8	<b>ESP</b>				4			4,0
9	<b>SVK</b>	4	5	7	1	5		4,4
10	<b>NZL</b>				5			5,0
11	<b>POL</b>	5		5				5,0
12	<b>USA</b>	6	3	7				5,3
13	<b>BRA</b>					6		6,0
14	<b>JAP</b>				7			7,0

В 2018 году Россия входит в рейтинг стран-призеров и находится на 5-м месте.

**Международные результаты с учетом только 1 лодки в классе от страны на чемпионатах мира и Олимпийских играх с 2004 года**

Количество стран	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Финалы	15	14	13	13	18	17	17	16	16	14	15	17	18	15	16
Медали	7	4	8	7	9	6	9	8	9	8	7	9	9	7	6



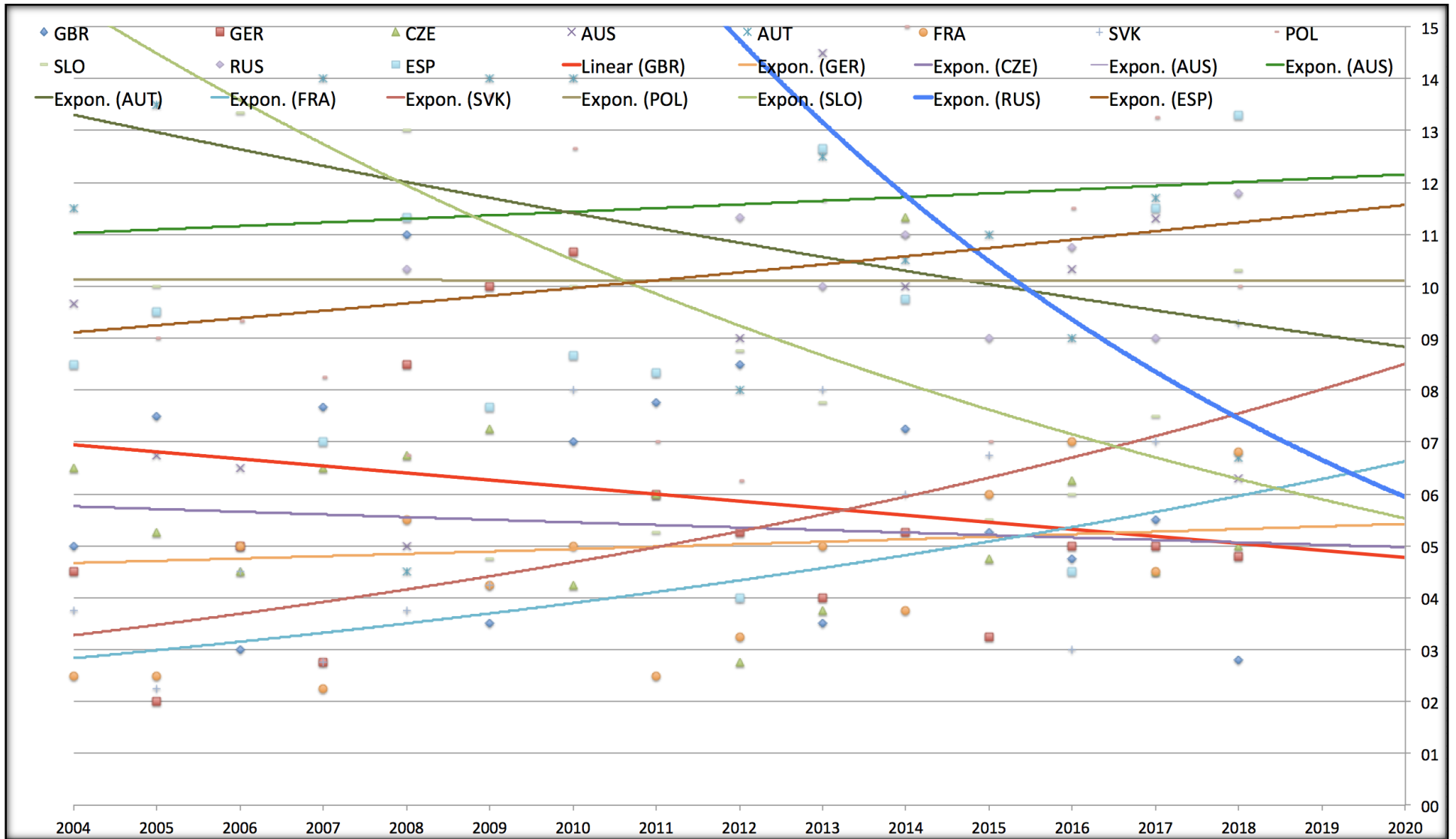
Из этой таблицы видно, что количество стран-медалистов снижается, это говорит о том, что сильнейшие страны захватили лидерства за счет больших инвестиций в гребной слалом.



Сумма лучших результатов в одном классе, разделенная на количество классов, которыми представлена страна.

Место	Нация	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	Среднее
1	<b>GBR</b>	5,0	7,5	3,0	7,7	11,0	3,5	7,0	7,8	8,5	3,5	7,3	5,3	4,8	5,5	<b>2,8</b>	6,0
2	<b>GER</b>	4,5	2,0	5,0	2,8	8,5	10,0	10,7	6,0	5,3	4,0	5,3	3,3	5,0	5,0	<b>4,8</b>	5,5
3	<b>CZE</b>	6,5	5,3	4,5	6,5	6,8	7,3	4,3	6,0	2,8	3,8	11,3	4,8	6,3	4,5	<b>5,0</b>	5,7
4	<b>AUS</b>	9,7	6,8	6,5	20,0	5,0	25,5	17,0	30,0	9,0	14,5	10,0	15,5	10,3	11,3	<b>6,3</b>	13,2
5	<b>AUT</b>	11,5	13,5	17,5	14,0	4,5	14,0	14,0	18,0	8,0	12,5	10,5	11,0	9,0	11,7	<b>6,7</b>	11,8
6	<b>FRA</b>	2,5	2,5	5,0	2,3	5,5	4,3	5,0	2,5	3,3	5,0	3,8	6,0	7,0	4,5	<b>6,8</b>	4,4
7	<b>SVK</b>	3,8	2,3	4,5	2,8	3,8	4,3	8,0	8,3	4,0	8,0	6,0	6,8	3,0	7,0	<b>9,3</b>	5,4
8	<b>POL</b>	18,0	9,0	9,3	8,3	6,8	13,7	12,7	7,0	6,3	11,7	15,0	7,0	11,5	13,3	<b>10,0</b>	10,6
9	<b>SLO</b>	15,5	10,0	13,3	63,0	13,0	4,8	10,0	5,3	8,8	7,8	11,0	5,5	6,0	7,5	<b>10,3</b>	12,8
10	<b>RUS</b>		<b>57,0</b>	<b>56,0</b>	<b>17,0</b>	10,3	<b>24,0</b>	<b>18,0</b>	<b>16,3</b>	11,3	<b>10,0</b>	<b>11,0</b>	<b>9,0</b>	10,8	<b>9,0</b>	<b>11,8</b>	<b>19,4</b>
11	<b>ESP</b>	8,5	9,5	20,5	7,0	11,3	7,7	8,7	8,3	4,0	12,7	9,8	48,0	4,5	11,5	<b>13,3</b>	12,3

За исключением Австралии, чей результат основывается исключительно на одном спортсмене, такие страны как Великобритания, Германия, Чехия, предствляются как ведущие страны с сильной командой в 4 классах. Показателен пример Великобритании, которая достигла 11 финалов из 12 возможных на чемпионате Европы и теперь имеет средний показатель 2,8 балла, что означает прогноз на завоевание медалей в каждом классе. На следующем рисунке показана динамика, по которой видно, что Россия обогнала Словакию в 2018 году и должна обогнать Францию в 2020 году, став 5-й страной на Олимпийских играх в Токио. Пятое место основывается на таблице " международные результаты с учетом только 1 лодки в классе на страну\* на чемпионатах мира и Олимпийских играх с 2004 года», где Россия заняла место среди стран-призеров Олимпийских игр в Токио



## 10 Выводы:

2018 год стал исключительным сезоном для сборной России по гребному слалому. Впервые в своей истории наша команда завоевала медаль на чемпионате мира. Более того, эта медаль была завоевана в самом конкурентном классе K1M.

Подготовка была больше сосредоточена на улучшении технических навыков спортсменов. Что бы достигнуть необходимого количества тренировочных дней на каналах международного стандарта и соблюсти наш бюджет, нам пришлось взять ограниченное количество спортсменов.

В 2019 году планируем:

- увеличить количество отборочных соревнований, тем самым сделав акцент на стабильность результатов;
- провести более ранний отбор, по сравнению с прошлым сезоном, тем самым увеличив период подготовки к главным стартам сезона;
- завоевать максимальное количество олимпийских лицензий на чемпионате мира 2019;
- как можно раньше сформировать команду для подготовки к Олимпийским Играм 2020
- привлечь новых специалистов к работе в сборной команде, для внесения инноваций в подготовку.