

**Президентам федераций плавания  
субъектов Российской Федерации**

**Руководителям органов  
исполнительной власти  
субъектов Российской  
Федерации в сфере физической  
культуры и спорта**

Уважаемые коллеги!

Информируем вас о том, что с января 2017 г. в г. Волгограде на базе Автономной некоммерческой организации «Спортивный центр плавания «Волга» начал функционировать Учебно-тренировочный центр Всероссийской федерации плавания (далее УТЦ ВФП).

УТЦ ВФП обладает современной материально-технической базой. В Центре функционируют 50-метровый открытый бассейн на 8 дорожек, современный 50-метровый закрытый тренировочный бассейн на 8 дорожек, 25-метровый закрытый бассейн на 8 дорожек. В подготовке пловцов успешно применяются гидроканал, системы силового лидирования и подводной видеосъемки, пневмотумбочки для тренировок старта, дыхательные тренажеры и многое другое. В распоряжении атлетов два тренажерных зала, оснащенных уникальными специальными тренажерами, медико-диагностический центр, гостиница уровня 3\*, три просторных столовых где спортсмены имеют возможность получить сбалансированное спортивное питание, бар, ресторан.

В УТЦ ВФП сконцентрирован богатейший методический материал, основанный на многолетнем опыте подготовки спортсменов высшего спортивного мастерства, включая чемпионов Олимпийских игр.

Тренировочные мероприятия в Центре под руководством Заслуженного тренера СССР и РСФСР В.Б. Авдиенко организуют и проводят опытные тренеры-преподаватели: Заслуженные тренеры России В.П. Сапрыкин, В.В. Прохоренко, Б.Г. Дубинин, кандидат педагогических наук С.В. Койгеров, Заслуженные тренеры Украины А.В. Журавлев, О.В. Шевченко, 3-х кратный Олимпийский чемпион Е.В. Садовый. Комплексную научную группу возглавляют доктор биологических наук, профессор И.Н. Солопов.

Всероссийская федерация плавания для подготовки спортсменов, способных пополнить основной и резервный составы спортивных сборных команд субъектов РФ, предлагает следующие услуги:

- Проведение УТМ по дисциплинам вида спорта – плавание, входящим в программу Олимпийских игр для спортсменов резервных составов команд субъектов РФ (мальчики 13 – 18 лет, девочки 12 -17 лет) на этапах совершенствования спортивного мастерства. **Программа реализуется за счет средств командующих организаций по планам загрузки УТЦ ВФП. (Приложение №1 – план проведения УТМ в 2017 г).**
- Проведение УТМ по дисциплинам вида спорта – плавание, входящим в программу Олимпийских игр для перспективных спортсменов, преимущественно старше 17-18 лет, команд субъектов РФ на этапах высшего спортивного мастерства. **Программа реализуется за счет средств командующих организаций по планам, утвержденными УТЦ ВФП. (Приложение №2 – план проведения УТМ в 2017 г.).**
- Оказание практической помощи тренерам по плаванию спортсменов из субъектов РФ в разработке программ годичной спортивной подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства по выбранным плавательным дисциплинам в соответствии с реализуемыми программами спортивной подготовки.

- Обеспечение прохождения спортсменами субъектов РФ спортивной подготовки с личным тренером или без него под руководством тренеров-бригадиров УТЦ ВФП
- Медицинское обеспечение спортсменов, проходящих спортивную подготовку, в том числе организация систематического медицинского контроля и проведение мероприятий по профилактике и предупреждению травматизма.
- Материально-техническое обеспечение спортсменов, проходящих спортивную подготовку в центре, в том числе обеспечение необходимыми оборудованием и спортивным инвентарем для прохождения спортивной подготовки.
- Обеспечение участников учебно-тренировочных мероприятий сбалансированным питанием и проживанием.
- Организация стажировок, курсов повышения квалификации тренеров-преподавателей, специалистов в области спортивного плавания.
- Полноценное исследование антропометрических показателей, общефизической и специальной подготовки пловцов, определение их аэробных возможностей и спринтерских качеств, разработка модельных характеристик для достижения необходимых результатов.

### **Организация процесса спортивной подготовки в УТЦ ВФП**

Прохождение спортивной подготовки спортсменом или группой спортсменов субъекта РФ осуществляется на основании договора по оказанию платных услуг между физкультурно-спортивной организацией субъекта РФ и АНО «Волга».

В ходе организации процесса спортивной подготовки специалисты УТЦ ВФП обеспечивают выполнение следующих задач:

#### **При проведении УТМ на этапе совершенствования спортивного мастерства:**

- совершенствование спортивного мастерства спортсменов;
- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- совершенствование специальных физических качеств, технико-тактической и психической подготовленности;
- совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;
- стабильность спортивных результатов в официальных межрегиональных, всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях;
- достижение спортивных результатов, позволяющих войти в состав кандидатов в члены спортивных сборных команд субъектов РФ и Российской Федерации;
- сохранение здоровья.

**Рекомендуемая продолжительность подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства составляет до 3 лет**

#### **При проведении УТМ на этапе высшего спортивного мастерства:**

- реализация индивидуальных возможностей спортсменов;
- освоение оптимальных объемов тренировочных и соревновательных нагрузок;
- совершенствование навыков соревновательной деятельности;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов в официальных межрегиональных, всероссийских и международных соревнованиях;
- зачисление в состав кандидатов в члены спортивных сборных команд субъектов РФ и Российской Федерации;

- сохранение здоровья.

**Рекомендуемая продолжительность подготовки спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства составляет 3 года и более с учетом их спортивных достижений.**

Приложение №1.

#### План

проведения УТМ для спортсменов резервных составов команд субъектов РФ (мальчики 13 – 18 лет, девочки 12 -17 лет) на этапах совершенствования спортивного мастерства.

№ п/п	Сроки проведения (21 день)	Возраст участников
1	15.01 – 04.02.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2000 г. -2003
2	07.02 – 27.02.17 г.	Ю. – 1999 г. – 2002 г. Д. – 2000 г. -2003
3	06.03. – 26.03.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2000 г. -2003
4	01.04 – 21.04.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2000 г. -2003
5	22.05. – 11.06.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2000 г. -2003
6	12.06. – 02.07.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2000 г. -2003
7	05.07. – 25.07.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2000 г. -2003
8	30.07. – 19.08.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2001 г. -2004
9	05.09. – 25.09.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2000 г. -2003
10	30.09. – 20.10.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2001 г. -2004
11	28.10. – 17.11.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2001 г. -2004
12	25.11. – 15.12.17 г.	Ю. – 1999 г. -2002 Д. – 2001 г. -2004

#### Перечень

услуг, предусмотренных договором на оказываемые УТЦ ВФП спортсменам этих возрастных групп на весь период УТМ, начиная с 01.01 2017 г.

- занятия в бригаде центра;
- регулярные занятия в тренажерном зале;
- минимум 3 занятия со специалистом центра в гидроканале;
- минимум 2 (в начале и по завершении УТМ) видео съемки техники плавания с расшифровкой специалиста центра;
- минимум 2 занятия со специалистом центра на тренажере «Силовое лидерование»;
- медико-биологическое сопровождение тренировочного процесса;

- проживание в **трех-четырех** местном номере гостиницы уровня 3\* с трехразовым питанием.

Приложение №2

### План

проведения УТМ по дисциплинам вида спорта – плавание, входящим в программу Олимпийских игр для перспективных спортсменов команд субъектов РФ, преимущественно старше 17-18 лет на этапах высшего спортивного мастерства.

№ п/п	Сроки проведения (21 день)	Возраст участников
1	05.01. – 25.01.17 г.	Ю. – 1998 г. и старше Д. – 1999 г. и старше
2	07.02. – 27.02.17 г.	Ю. – 1998 г. и старше Д. – 1999 г. и старше
3	04.03. – 25.03.17 г.	Ю. – 1998 г. и старше Д. – 1999 г. и старше
4	17.05. – 06.06.17 г.	Ю. – 1998 г. и старше Д. – 1999 г. и старше
5	09.06. – 29.06.17 г.	Ю. – 1998 г. и старше Д. – 1999 г. и старше
6	14.08. – 03.09.17 г.	Ю. – 1998 г. и старше Д. – 1999 г. и старше
7	25.09. – 19.10.17 г.	Ю. – 1998 г. и старше Д. – 1999 г. и старше
8	28.10. – 17.11.17 г.	Ю. – 1998 г. и старше Д. – 1999 г. и старше

### Перечень

услуг, предусмотренных договором на оказываемые УТЦ ВФП спортсменам этих возрастных групп на весь период УТМ, начиная с 01.01 2017 г.

- занятия под руководством **тренера - бригадира** УТЦ ВФП;
- регулярные занятия в тренажерном зале;
- минимум **2** занятия в неделю со специалистом центра в гидроканале;
- минимум **1** в неделю видео съемка техники плавания с расшифровкой специалиста центра;
- минимум **4** занятия с инструктором центра по физ. подготовке в тренажерном зале;
- минимум **4** занятия со специалистом центра на тренажере «Силовое лидерование»;
- медико-биологическое сопровождение тренировочного процесса;
- проживание в **двухместном** номере гостиницы уровня 3\* с **трехразовым** питанием повышенной калорийности. \_

Прейскурант

цен на дополнительные платные услуги, оказываемые УТЦ ВФП с 01 января 2017 г.

- Одно индивидуальное занятие продолжительностью 45 минут со специалистом центра в гидроканале - 350 рублей;
- Одно индивидуальное занятие продолжительностью 45 минут со специалистом центра на тренажере «Силовое лидерование» - 350 рублей;
- Одно индивидуальное занятие продолжительностью 45 минут с инструктором центра по физ. подготовке в тренажерном зале - 450 рублей;
- Одно индивидуальное занятие по технике плавания продолжительностью 45 минут с видео съемкой -450 рублей;
- Дополнительные биохимические обследования (по отдельному прейскуранту)
- Массаж (по отдельному прейскуранту)

**Справка.**

В настоящее время в Центре продолжается реализация программ федерации «Я стану чемпионом» и «Переходный состав». К круглогодичной спортивной подготовке приступили 26 спортсменов этапа высшего спортивного мастерства, из 4 регионов РФ.

С этого года при УТЦ ВФП открыт филиал ФГБУ МО РФ «ЦСКА». А с февраля месяца спортивную подготовку в УТЦ ВФП начинает и большая группа пловцов из Туркменистана, что свидетельствует уже о международном признании нашего плавательного центра.

По всем вопросам, касающимся спортивной подготовки пловцов УТЦ ВФП, можно обращаться в г Волгоград.

Контакты: тел. (8442)-27-13-46(43), swim-fed-volgograd@yandex.ru