




1. ТРЕБОВАНИЯ К ФАРМАКОЛОГИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ  
НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ ПО АКРОБАТИКЕ


№ п/п	Группы препаратов	Наименование	Необходимое количество в расчете на одного спортсмена
1	Адаптогены	Женьшень, элеутерококк, родиола розовая, и др.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
2	Поливитамино-минер. комплексы	Геривит, геримакс, витус, супрадин	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
3	Кардиопротекторы	Фосфаден, рибоксин, тиотриазолин	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
4	Гепатопротекторы	Эссенциале, карсил, гептрал, гепатил и др.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
5	Антиагреганты	Трентал и аналоги	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
6	Хондропротекторы	Мукосат, Дона, терафлекс, структум и аналоги	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
7	Ноотропы	Танакан, церебролизин, Билобил и др.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
8	Актопротекторы	Актовегин, мексидол, гипоксен и их аналоги	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
10	Энзимы	Вобэнзим, флогэнзим	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
11	Коферменты	Коэнзим Q10 и др.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
12	Иммуномодуляторы	Циклоферрон, октагам, ремантадин, арпетол и др.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
13	Седативные	Персен, боярышник, новопассит, валериана и др.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
14	Фосфокреатин	Неотон, креатит-рибоза, креатин.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
15	Аминокислоты	ВСАА. Л-карнитин, глутамин и др.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
16	Протеины	Вей Протеин, формула 90 и др.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
17	Энергетики	Мультиэнерджи, карбооптимум и аналоги	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения
18	Спортивные напитки	Макслер моушн, изостар и др.	В соответствии с индивидуальным планом фармакологического обеспечения



Динамика нагрузки  
(графически),  
соревнования  
в процентах

100  
90  
80  
70  
60  
50  
40  
30  
20  
10  
%

 -общий объём  
тренировочной  
работы

 -объём специ-  
альной трениро-  
вочной работы



Периоды тренировки	Переходный				1-й подготовительный					Соревновательный								2-й подготовительный				С			
Этапы подготовки	Втягивающий				Базово-специальный					Основной соревновательный								Базово-специальный				Соревн			
Порядок недель	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Числа недель	1-5	7-12	14-19	21-26	28-2	4-9	11-16	18-23	25-2	4-9	11-16	18-23	25-30	1-6	8-13	15-20	22-27	29-4	6-11	13-18	20-25	27-1	3-8	10-15	17-
Количество тренировок	10	11	11	11	11	11	11	9	8	6	10	11	11	6	9	11	9	9	9	11	9	9	11	11	11
Месяц	январь				февраль					март			апрель		май				июнь						
УТС	УТС по ОФП и СФП 01- 31.01 "РЦОП СТАЙКИ"				УТС К ЭКМ 20.02- 06.03 "РЦОП СТАЙКИ"					УТС К ЭКМ 05- 20.03 "РЦОП СТАЙ КИ"			УТС К ЭКМ 01- 10.04 "РЦОП СТАЙ КИ"		УТС К ТЕИ 10- 28.04 "РЦОП СТАЙ КИ"				УТС К ЕИ 01-25.06 "РЦОП СТАЙКИ"						
ОМО					ОМО																				
Тестирование					X										X										

### СИСТЕМА СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

Наименование соревнований	Сроки проведения	Место проведения	Главные задачи соревнований
Этап Кубка мира	08-10.03.2019	г. Майя, Португалия	Завоевание медалей, утверждение новой программы
Этап Кубка мира	22-24.03.2019	г. Лас-Вегас, США	Завоевание медалей, утверждение новой программы
Республиканские соревнования "Звезды белорусской акробатики"	01-31.03.2019	г. Могилев	Завоевание медалей, утверждение новой программы
Этап Кубка мира	12-14.04.2019	г. Пуурс, Бельгия	Завоевание медалей, утверждение новой программы
Тестовые соревнования в рамках открытого Чемпионата РБ к Европейским Европейские игры	28.04-04.05.2019	г. Минск	Завоевание медалей, утверждение новой программы
Этап Кубка мира	20-30.06.2019	г. Минск	Завоевание медалей
Этап Кубка мира	13-15.09.2019	г. Лиссабон, Португалия	Завоевание медалей, утверждение новой программы
Кубок Республики Беларусь	01-30.09.2019	г. Минск	Отборочные соревнования к чемпионату мира, утверждение основного состава на Чемпионат Европы
Чемпионат Европы	20.10-04.2019	г. Холон, Израиль	Завоевание медалей
Международные соревнования "Турнир памяти Л.И. Лившица"	01-31.12.2019	г. Минск	Восстановительные соревнования



Фармакология в подготовке спортсменов проводится согласно индивидуальных схем фармакологического обеспечения, в соответствии с выделенными финансовыми средствами. Назначение и выдача производится по состоянию здоровья спортсмена, а так же с учетом периода подготовки и спортивной нагрузки. Фармакологические схемы, назначения и выдача препаратов проводит врач национальной команды.

## II. ТРЕБОВАНИЯ К МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ

Подготовка национальной команды по акробатике должна осуществляться на оборудовании (гимнастический помост) соответствующем основным современным стандартам, а так же ведущих производителей "Spitch", "JANSSEN FRITSEN".  
Согласно плана МТО на 2019 год.

## III. ФИНАНСОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ

Бюджетное финансирование \_\_\_\_\_

Привлеченные средства \_\_\_\_\_

## IV. ЗАКЛЮЧЕНИЕ ГЛАВНОГО ТРЕНЕРА ПО ИТОГАМ ПОДГОТОВКИ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ

\_\_\_\_\_ зимней, летней

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ГЛАВНОГО ТРЕНЕРА ПО ИТОГАМ ГОДА

Модель рассмотрена на тренерском совете

" "

2018 г.

Главный тренер  
Старший тренер  
Тренер-врач

*[Handwritten signatures]*

А.К.Янусик  
Ж.В.Юшко  
*[Handwritten signature]*

*Зав. отд. координации ССРБ И.И. Сосновский*