


УТВЕРЖДАЮ:
Директор ОГБУ «СШ «Сибскана»


В.А. Матиенко
Приказ № 68-п/кл от 28.12.2021

**Положение о документации тренеров
областного государственного бюджетного учреждения
«Спортивная школа «Сибскана»**

I. Общие положения

1.1. Положение о документации тренеров областного государственного бюджетного учреждения «Спортивная школа «Сибскана» (далее соответственно – Положение, Учреждение) составлено на основании нормативных документов:

- Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорта в Российской Федерации»;
- Устава Учреждения;
- Приказа Минспорта Российской Федерации от 24.10.2012г. № 325 «О методических рекомендациях по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».

1.2. Данное Положение направлено на создание условий для более эффективной работы тренеров в области планирования и фактического выполнения программ спортивной подготовки, анализа выполненной работы, а также полноты усвоения программного материала занимающимися в школе.

II. Перечень документации

Тренер обязан заполнять следующую документацию:

1. Журнал учета групповых занятий.
2. Документацию по планированию тренировочной процесса:
 - перспективный план;
 - годовой план (план-график);
 - месячный план;
 - планирование каждого тренировочного занятия (конспект занятия);
 - индивидуальный план подготовки.
3. Контрольные программы:
 - протоколы приёма контрольных нормативов (осень-весна, зима);
 - таблицы, протоколы участия в соревнованиях;
 - документы для присвоения разрядов (массовых, спортивных, КМС,МС,МСМК)
 - отчёты об участии в спортивных мероприятиях;
 - глубокого медицинского обследования занимающихся в ГБУЗ ИОВФД «Здоровье»;
 - различные тестирования, анкеты и др.
4. Личные дела занимающихся в Учреждении:

- заявление родителей (законных представителей) на имя директора Учреждения;

- копия «Свидетельства о рождении» ребенка для несовершеннолетних или копия паспорта занимающегося;

- справка от врача о состоянии здоровья ребенка с медицинским заключением о том, что ребенок может заниматься спортом и не имеет противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом (лицам, не состоящих на диспансерном учёте);

- копия полиса обязательного медицинского страхования;

- анкета на поступающего;

- Фото 3x4 2 шт.

5. Учет и проведение инструктажей по технике безопасности с занимающимися.

III. Система заполнения документации тренерами

1. Журнал учета посещения групповых занятий. (Приложение № 1. Рекомендации по ведению журналов групповых занятий спортивной школы).

2. Документация по планированию тренировочного процесса.

3. Перспективный план для групп тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), этапа спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства

Перспективные планы составляются как индивидуальные (для одного спортсмена), так и общие (для группы спортсменов).

Общие перспективные планы должны содержать отдельные отправные данные, ориентируясь на которые, можно правильно осуществить годовое планирование.

Общий перспективный план тренировки состоит из разделов:

- Краткая характеристика группы спортсменов или команды.

- Цель и главные задачи многолетней тренировки.

- Этапы подготовки и их продолжительность.

- Основные соревнования на каждом этапе.

- Основная направленность тренировочного процесса по этапам.

- Распределение занятий, состязаний и отдыха на каждом этапе.

- Спортивно-технические показатели по этапам.

- Контрольные нормативы, характеризующие различные стороны подготовленности спортсменов.

- Изменения в составе команды (в спортивных играх).

- Тренерский и врачебный контроль.

- Места занятий, оборудование и инвентарь.

Краткая характеристика группы спортсменов или команды включает: сведения о возрасте, состоянии здоровья, квалификации, уровне физического развития и подготовленности, основных недостатков в ней, материалы и документы, лежащие в основе составления плана.

Должна быть указана цель (цели) тренировочного процесса в зависимости от возраста, подготовленности спортсменов и т.д., исходя из конечной цели определяются задачи работы.

Далее определяются этапы подготовки, их продолжительность, основные соревнования на каждом этапе. Количество этапов, их длительность и содержание в процессе многолетней тренировки зависит от вида спорта и возраста спортсмена.

Общий перспективный план должен составляться на основе этапности, необходимо установить основную направленность тренировочного процесса на каждом этапе: цель и задачи, основные средства по разделам подготовки, их удельный вес.

Специфика видов спортивной подготовки определяет содержание отдельных разделов перспективного плана:

- объем техники движений;
- разносторонность;
- эффективность;
- уровень развития физических способностей занимающихся;
- состояние развития психических функций;
- места, занимаемые в определенных соревнованиях и т.д.

4. Индивидуальный план для групп этапов спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.

Индивидуальный перспективный план включает разделы:

- краткая характеристика спортсмена;
- цель и главные задачи многолетней тренировки;
- этапы подготовки и их продолжительность;
- основные соревнования на каждом этапе;
- основная направленность тренировочного процесса по этапам (основные задачи и их значимость);
- распределение занятий, состязаний и отдыха на каждом этапе;
- спортивно-технические показатели по годам;
- контрольные нормативы, характеризующие различные стороны подготовленности спортсмена;
- основные средства тренировки и их распределение по зонам;
- ориентировочный объем и интенсивность тренировочных нагрузок по этапам;
- тренерский и врачебный контроль.

Исходя из краткой характеристики спортсмена, цели многолетней тренировки и ее главных задач устанавливают спортивно-технические показатели по годам и планируют основные средства, объем и интенсивность нагрузки, количество соревнований. Определяют те стороны подготовленности (физической, технической, тактической и т.д.), на совершенствование которых целесообразно сосредоточить главное внимание, чтобы обеспечить выполнение запланированных показателей.

В перспективном плане должны быть предусмотрены этапы подготовки, их продолжительность, основные соревнования на каждом этапе. Их количество и

продолжительность зависят от структуры многолетней подготовки в данном виде спорта, календаря спортивно-массовых мероприятий и др. причин.

При планировании спортивно-технических показателей следует исходить как из средних темпов роста результатов в данном виде спорта, так и из индивидуальных особенностей спортсмена, условий тренировочного процесса.

В индивидуальном плане основные средства должны определяться с учетом особенностей данного спортсмена и необходимости совершенствования слабых сторон его подготовленности. Существенным моментом в многолетнем планировании тренировки спортсменов является определение величины, характера и динамики тренировочных нагрузок.

5. План работы на год, его содержание и методика составления.

План работы на год включает разделы:

- краткую характеристику спортсмена;
- цель и основные задачи на год;
- календарь основных соревнований и их задачи;
- цикличность подготовки и задачи периода;
- спортивно-технические показатели;
- контрольные нормативы;
- распределение основных и дополнительных средств в каждом месяце;
- объем и интенсивность тренировочной нагрузки;
- врачебный контроль и др.

Работа над планом начинается с составления характеристики тренировки в предшествующем году, включающей характеристику спортсмена, динамику тренированности, спортивной формы, тренировочных нагрузок.

Характеристика обязательно должна заканчиваться анализом основных ошибок и выводов, позволяющих определить направление будущей работы.

Далее в план вносятся: подробный календарь всех соревнований года с четкой градацией каждого из них (основные, отборочные, второстепенные, тренировочные и т.д.), с конкретными задачами, например, для основных и отборочных соревнований – показать определенный результат; для второстепенных – опробовать новый вариант тактики, отобрать новый элемент техники.

Следующий этап – определение цикличности подготовки в соответствии с требуемой в предстоящем году динамикой спортивной формы. Может применяться цикличное построение годовой тренировки, в зависимости от календаря соревнований, квалификации, стажа, вида спорта, индивидуальных особенностей, способности более или менее продолжительно сохранять состояние спортивной формы.

Далее необходимо определить содержание тренировочного процесса по видам подготовки (физическая, техническая, тактическая и т.д.). Определив задачи тренировки по циклам и периодам года, основные средства и методы их реализации, можно перейти к узловому вопросу планирования – определению величины и характера тренировочных нагрузок.

План работы на год может быть представлен в форме плана-графика, либо в форме таблицы, либо таблицы-графика.

5. Рабочая программа (конспект) тренировочного процесса состоит из разделов:

- цели и задачи ;
- план спортивной подготовки, включающий: теоретическую часть, практические занятия (тренировочные занятия, соревнования, контрольно-переводные нормативы).

Рабочая программа составляется на каждую группу.

6. Анализ проделанной работы за год состоит из пояснительной записки, включающей:

- какой проведен тренировочный процесс по программе спортивной подготовки;

- какие были созданы условия;

- какие использовались нормативно-правовые документы;

- результат участия в спортивных мероприятиях;

- отрицательное, что не сделано, что не получилось;

- что вы не учли, что не дали, не предусмотрели или сделали не так;

- что вы использовали из нормативно-правовых документов (методик и т.д.)

не так или не то;

- положительный эффект, в связи с чем получен;

- задачи на следующий год.