

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа №5»  
городского округа «город Якутск»

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о ведении документации**  
**тренера-преподавателя**

г. Якутск - 2022

## **I. Учебная:**

- 1) Образовательная программа.
- 2) Календарный план работы.
- 3) План учебно - тренировочных сборов перед соревнованиями
- 4) План конспект занятия (иметь на занятии).

## **II. Учетная:**

- 1) Журнал учета групповых занятий в ДЮСШ, при нем
  - расписание;
  - годовой план:
    - график распределения учебных часов;
  - общие сведения об учащихя;
- 2) Рабочие образовательные программы.
- 3) Рабочий план тренировочных занятий на месяц.
- 4) План воспитательной работы.
- 5) Инструкции, журнал инструктажа по охране труда.
- 6) Заявления от родителей на зачисление в ДЮСШ.
- 7) Ведомости сдачи учащимися контрольных, переводных нормативов.
- 8) Протоколы, заявки, таблицы по итогам соревнований.
- 9) Ведомости по выполнению требований по специальной физической, технической подготовке и оценке теоретических знаний.

## **III. Отчетная:**

- журнал учета групповых занятий;
  - отчеты об участии (проведении соревнований);
  - отчет о работе группы за учебный год.
- Основные рекомендации по заполнению документации:

1. Расписание тренировок.  
Расписание занятий заполняется ежемесячно.
2. Общие сведения об учащихя.

Графы раздела позволяют проследить прохождение медосмотра учащимися, установить связь с общеобразовательным учреждением, вести совместную работу с родителями спортсменов.

3. Годовой план
  - график распределения учебных часов.

Главное назначение годового плана - графика заключается в эффективном распределении программного материала на учебный год. Схема распределения годовой нагрузки (без учета сокращения часовой нагрузки учебно-тренировочного процесса на 25%), выраженная в часах, разрабатывается учебной частью школы.

Тренер-преподаватель самостоятельно разрабатывает годовую нагрузку с учетом сокращения часовой нагрузки в целом и по разделам. Данный вариант позволяет тренеру-преподавателю творчески подойти к годовому планированию программного материала. Все темы теоретической подготовки, планируемой в учебном году, расписываются тренером в графе "Теория" и распределяются по месяцам.

Часовая нагрузка в учебном плане-графике распределена с учетом периодов подготовки.

Цикличность и периоды подготовки составляются на основании календарного плана соревнований учебных групп и зависят от избранного вида спорта и этапа подготовки.

Доля общей физической подготовки (ОФП) в подготовительном периоде преобладает над специальной физической подготовкой (СФП). По мере приближения к соревновательному периоду акцент смещается в сторону СФП. В переходный период ОФП сочетают с разнообразными средствами активного отдыха (подвижные и спортивные игры, занятие другими видами спорта).

В те месяцы, когда тренер находится в отпуске, он обязан выдать каждому занимающемуся индивидуальный план подготовки на этот период. Часы индивидуальной подготовки, по сравнению с предыдущими месяцами может сокращаться.

### **ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ:**

1. Годовые планы-графики утверждаются приказом директора школы
2. При составлении годового плана - графика тренер - преподаватель:
  - определяет цикличность и выделяет периоды подготовки УТЗ;
  - согласно периодам подготовки грамотно распределяет учебный материал на каждый месяц.
3. В тех случаях, когда переходный период подготовки совпадает по времени с отпуском тренера, либо с прекращением активного тренировочного процесса спортсменом по другим причинам, тренер обязан дать индивидуальное задание на данный период. Основные задания и индивидуальной подготовки тренер вписывает на страничке "Индивидуальные задания". Выполнение задания учащимся фиксируется в дневнике спортсмена.
4. Рабочий план - график на месяц.

Рабочий план - график представляет собой упрощенный вариант поурочных планов - конспектов учебно-тренировочного занятия на месяц. Содержание учебного материала планируется согласно этапу подготовки учащихся и должно соответствовать часовой нагрузке

месяца. Учебный материал разрабатывается на основании программы по видам спорта. В рабочем плане - графике определяются задачи подготовки и средства их, решения, В течение месяца на фоне развития всех двигательных качеств внимание спортсмена стоит сосредоточить на развитии и совершенствовании преимущественно 1-2 двигательных качеств, что обеспечит определенную направленность тренировочного процесса и даст возможность проконтролировать динамику их роста. По окончании мезоцикла (месяца) необходимо принять контрольные нормативы. В рабочем плане - графике рекомендуется выделять микроциклы спортивной подготовки, которые представляют собой недельный план тренировки (микроциклы выделяются также, как и периоды цветным карандашом или чернилами). Объем и интенсивность нагрузки тренировочных занятий в микроцикле распределяется волнообразно. Роль микроциклов очень велика. Они обеспечивают правильное соотношение нагрузки и отдыха путем их целесообразного чередования и сочетания. Из них как из главных звеньев составляется вся годовая цепь занятий. Каждый микроцикл имеет свою направленность и соответствующее содержание (базовый, втягивающий, учебно - тренировочный и т.д.).

#### ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ:

При заполнении рабочего плана - графика тренер:

- грамотно ставит задачи и выбирает средства тренировки, не допускается переписывания одних и тех же задач из месяца в месяц.
- выводит общее количество часов по разделам, что необходимо для выявления соответствия рабочего плана - графика учебному графику.

5. Учет посещаемости. Поурочная запись занятий.

Разделы заполняются на каждом учебно-тренировочном занятии. В графе "Краткое содержание" отражается основная цель, направленность занятия. В данном разделе прописывается общее количество часов, затраченное на учебно-тренировочный процесс, количество занимающихся на каждом занятии.

#### ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ:

1. Тренер:

- Фиксирует общее количество занимающихся на каждом занятии.
- Систематически ведет поурочную запись занятия с выведением общего количества часов учебной нагрузки в данном месяце.

2. Завуч школы ежемесячно осуществляет контроль за ведением журналов групповых занятий. В графе "Замечания" излагает результаты проверки и дает рекомендации по ведению журнала.

6. Динамика развития физических качеств.

Обеспечить динамику физических качеств возможно лишь при постоянном сопоставлении

намеченных задач учебно-тренировочных занятий с фактическим выполнением их. Контроль за правильно поставленными задачами и выбранными средствами тренировки осуществляется при помощи контрольных тестов.

Изменение уровней компонентов подготовки (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, координации, прыгучести) через контрольное тестирование осуществляется тренером ежемесячно или реже (в соответствии с поставленными задачами).

Контрольные тесты проводятся по тем физическим качествам, которые целенаправленно совершенствовались в течение данного месяца.

Контрольные тесты представляют собой уровень показателей по ОФП и СФП. Они разрабатываются для каждого вида спорта в соответствии с его спецификой. Цель контрольных срезов - "найти отстающее звено" в системе спортивной подготовки, на основании чего скорректировать программу подготовки, выбрать наиболее эффективные средства и методы тренировки и правильно спланировать индивидуальную подготовку учащихся.

#### ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ:

Тренер:

- своевременно проводит контрольное тестирование;
- систематически заносит результаты тестирования с указанием даты приема тестов в данный раздел;

•

на основании проведенного анализа по результатам тестирования вносит корректировку в учебно-тренировочный процесс с целью повышения его эффективности.

#### 7. Участие в соревнованиях.

Вся соревновательная деятельность учащихся фиксируется

и в конце года заносится в

таблицу согласно ранга соревнований. В разделе «спортивные рекорды» регистрируется

результативность соревновательной деятельности. Такой учет крайне важен. Точное количество

планируемых стартов зависит от вида спорта и индивиду

альных особенностей спортсмена. Это

прослеживает и анализирует динамику результатов в соревновательной деятельности

воспитанников.

#### ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ:

Тренер:

•

осуществляет контроль за соревновательной деятельностью, как индивидуально каждого спортсмена, так и всей группы в целом;

- 

использует динамику показателей соревновательной деятельности, как критерий, позволяющий оценить состояние спортивной формы воспитанников. (Например, в некоторых спортивных дисциплинах спортсмен находится в спортивной форме до тех пор, пока колебания его результатов в соревнованиях не превышают 2

-

3%)

8. Воспитательная работа.

В разделе прописываются все мероприятия воспитательной направленности по мере их проведения.

Важно отметить, что в целях формирования устойчивых мотиваций к спортивным занятиям, наряду с нравственным и эстетическим воспитанием особую значимость приобретает воспитание Олимпийское, которое включает в себя:

- привитие здорового образа жизни;

- воспитание морально

- волевых качеств;

- 

воспитание любви к спорту, стремление к честной спортивной борьбе и т.д. РЕКОМЕНДАЦИИ:

В учебно-тренировочный процесс рекомендуется включать воспитательные мероприятия:

- 

посещение театров, музеев города;

- 

выезд на экскурсии, в турпоходы;

- 

празднования знаменательных дат, дней рождения;

- 

обсуждение

статей, книг о выдающихся спортсменах мира;

- 

посещение крупных спортивно

-

массовых мероприятий, проводимых в городах и районах

края, в том числе и по другим видам спорта;

- 

просмотр кинофильмов и видеоматериалов на спортивную тематику;

9. Проверка и инспектирование спортивной работы.

Согласно графика внутришкольного контроля за деятельностью тренера-преподавателя осуществляется контроль за ведением учебно-тренировочных занятий

-старшим тренером,

методистом, завучем или директором школы. Отметка о посещении заносится в графу "Отзыв о работе", указывается

цель, проставляется дата, ставится роспись осуществляющего проверку и проверяемого тренера.

10. Записи о травматических повреждениях.

Раздел заполняется по мере надобности, При несчастном случае на занятии тренер обязан:

- 

оказать первую помощь;

- 

вызвать скорую помощь (при необходимости)

- 

сообщить руководству школы и родителям учащегося.

11. Отчет о работе за год.

В этом разделе тренер дает оценку и подводит итоги учебной тренировочной работы за

данный учебный го

д по следующей схеме:

1.

Практическая реализация учебной программы в целом и по разделам.

Необходимо осветить:

- процент посещаемости учащимися учебно

-

тренировочного занятия, причины пропусков занятий;

- 

процент сохранности группы к концу года и причины отчисления учащихся;

- 

реальное количество часов, затраченных на учебно

-

тренировочную работу, в том числе на

ОФП, СФП и

ТТП и эффективность их соотношения по периодам подготовки; при невыполнении в полном объеме учебной программы указать причины;

- динамику роста двигательных качеств спортсменов;
- процент учащих, усвоивших теоретический материал; анализ причин низкого (менее 60%) усвоения.

2. Оценка соответствия тренировочной нагрузки спортсменов их функциональным возможностям.

Правильность планирования нагрузки определяется по показателям:

- общего самочувствия спортсмена;
- уровня работоспособности;
- наличия динамики в контрольных упражнениях;
- отсутствием травматизма на спортивных занятиях.

3. Оценка эффективности соревновательной деятельности учащихся дается в соотношении.

- количества планируемых соревнований к реальному участию в них;
- планируемых результатов соревновательной деятельности и их фактическое выполнение.
- учитывается количество выполненных разрядов. Анализируются причины удачных и неудачных стартов, намечаются пути дальнейшего повышения мастерства воспитанников.

4.

Воспитательная работа. При анализе этой деятельности освещаются следующие вопросы:

- количество проведенных воспитательных мероприятий;
- оценка микроклимата в группе;
- выявление по средствам тестирования уровня воспитанности учащихся (в баллах) в целом по группе и индивидуально;
- осуществление связей с общеобразовательной школой, работа с родителями. Подведение итогов работы за отчетный период позволяет сделать заключение о положительных и отрицательных сторонах и недостатках учебно-тренировочного процесса, наметить пути улучшения работы с занимающимися.

12. Инструктаж по технике безопасности.

В разделе указывают тему и номер инструкции, количество присутствовавших учащихся, дату проведения, ставится личная подпись тренера. В случае, если на занятии во время проведения инструктажа присутствуют не все учащиеся, тренер обязан провести индивидуальный инструктаж и зафиксировать это в журнале.