



**Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования спортивная школа олимпийского резерва «Комета»**

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета
СПб ГБУ ДО СШОР «Комета»
от «02» ноября 2023 года
протокол № 5

УТВЕРЖДЕНО

Приказом СПб ГБУ ДО СШОР «Комета»
от 02.11.2023 № 140-СО

**Методические рекомендации
о порядке ведения документации тренера-преподавателя в Санкт-Петербургском
государственном бюджетном учреждении дополнительного образования
спортивной школе олимпийского резерва «Комета»**

Санкт-Петербург
2023 г.

1. Цель и задачи

1.1. Целью методических рекомендаций о порядке ведения документации тренера-преподавателя в Санкт-Петербургском государственном бюджетном учреждении дополнительного образования спортивной школе олимпийского резерва «Комета» (далее – учреждение) является установка единых требований к содержанию и оформлению заполнения документов тренера-преподавателя необходимых для работы с обучающимися учреждения.

1.2. Основными задачами являются:

- утвердить единые формы по заполнению документации;
- утвердить требования к оформлению и содержанию документации тренера-преподавателя.

2. Общие положения

2.1. Данные методические рекомендации направлены на создание условий для более эффективной работы тренеров-преподавателей в области планирования учебно-тренировочного процесса, фактического выполнения и эффективного контроля за соблюдением стандартов качества оказания услуг по спортивной подготовке, выполнения требований дополнительных образовательных программ по видам спорта на основании федеральных стандартов спортивной подготовки, анализа выполненной учебно-тренировочной деятельности, качества освоения годовой учебно-тренировочной нагрузки и выполнения контрольных нормативов и разрядных требований обучающимися учреждения.

3. Перечень основной документации тренера-преподавателя

3.1. Тренер-преподаватель обязан заполнять следующую документацию:

3.1.1 Журнал учета групповых занятий учреждения в соответствии с Методические рекомендации о порядке ведения, заполнения и хранения типовых журналов учета групповых занятий в Санкт-Петербургском государственном бюджетном учреждении дополнительного образования спортивной школе олимпийского резерва «Комета» (далее – методические рекомендации).

3.1.2. План-конспект учебно-тренировочного занятия (приложение № 1).

3.1.3. Индивидуальный план подготовки спортсмена на учебно-тренировочный год (приложение № 2).

3.1.4. Документация по проведению учебно-тренировочных мероприятий (сборов) на всех этапах подготовки (приложение № 3).

3.2. Документы подлежащие контролю:

А) протоколы приёмного тестирования и контрольно-переводных нормативов;
Б) протоколы участия обучающихся в соревнованиях;
В) справки медицинского обследования обучающихся учреждения на всех этапах спортивной подготовки;

Г) отчет об участии в соревнованиях;

Д) план-конспект на учебно-тренировочное занятие;

Е) индивидуальный план подготовки спортсмена.

3.3. Личные дела обучающихся должны содержать следующие документы:

- копия свидетельства о рождении/паспорта поступающего и регистрация;
- копия паспорта одного из родителей (законного представителя);
- справка о прописке (форма № 9) или документ о временной регистрации;
- медицинское заключение для групп начальной подготовки согласно приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «Об

утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях»;

- копия эхокардиографии (УЗИ сердца);
- справка о принадлежности ребенка к образовательному учреждению;
- медицинское заключение для учебно-тренировочного этапа, этапа ССМ и ВСМ о допуске к прохождению спортивной подготовки, по избранному виду спорта;
- копия полиса обязательного медицинского страхования;
- договор об образовании по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки;
- согласие на обработку персональных данных;
- фотография поступающего/обучающегося в формате 3x4, в количестве 3 штук;
- документ, подтверждающий наличие спортивного разряда или спортивного звания;
- ИНН (по необходимости);
- СНИЛС (по необходимости);
- Расчетный счет (по необходимости).
- Классификационная книжка обучающегося с отметкой об отчислении из предыдущей организации (если была) или справку из учреждения об отчислении.

4. Контроль и хранение

4.1. Директор учреждения и его заместитель по спортивной работе должны обеспечить хранение вышеуказанных документов.

4.2. Проверка основной документации тренера-преподавателя осуществляется в соответствии с положением о порядке внутреннего контроля в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования спортивной школе олимпийского резерва «Комета».

4.3. Контрольные документы хранятся в архиве учреждения в течение 5 лет. По окончании срока хранения документация уничтожается.

Приложение № 1 к Методические рекомендации
 об основной документации тренера-преподавателя
 в Санкт-Петербургском государственном
 бюджетном учреждении дополнительного
 образования спортивной школе
 олимпийского резерва «Комета»

План-конспект учебно-тренировочного занятия отделения по виду спорта
« _____ » группы « _____ » _____ – года обучения

Тренер-преподаватель _____

Тема занятия: « _____ »

Период подготовки: _____

Цель и задачи учебно-тренировочного занятия:

Средства тренировки: _____

Методы учебно-тренировочного занятия: _____

Место проведения: _____

Инвентарь и оборудование: _____

Время проведения: _____

Содержание занятия	Дозировка (мин)	Методические указания
Вводная часть. 1. Организационный момент: построение приветствие, проверка по журналу, инструктаж по профилактики детского травматизма и техники безопасности. 2. Доведение темы занятия до обучающихся. Постановка перед обучающимися задач учебно-тренировочного занятия.	5 мин.	
Подготовительная часть. <i>перечень упражнений:</i> 1. _____ 2. _____ 3. _____		
Основная часть. 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____ 6. _____ 7. _____		
Заключительная часть. 1. _____ 2. _____ 3. _____		

Конспект составил _____ тренер-преподаватель СПб ГБУ ДО СШОР «Комета» _____
 (ФИО) (подпись)

Алгоритм действий при проведении учебно-тренировочного занятия (мероприятия/сборов)

Общие требования

1. При проведении учебно-тренировочных занятий необходимо руководствоваться инструкцией по охране труда при проведении занятий.
2. Тренер-преподаватель и обучающиеся обязаны знать и соблюдать правила пожарной безопасности.
3. Перед началом занятий провести тщательный осмотр места проведения занятий, убедиться в исправности спортивного инвентаря, надежности установки и закрепления оборудования, соответствии санитарно-гигиенических условий требованиям, предъявляемым к спортивным залам и спортивным площадкам. Проверить наличие журнала и плана-конспекта на учебно-тренировочном занятии.

Вводная часть

В вводной части необходимо создать рабочую обстановку, организовать построение, отметить в журнале присутствующих на учебно-тренировочном занятии, довести тему занятия и ее направленность. Поставить перед обучающимися задачи, создать четкое представление о содержании основной части. Провести инструктаж по предупреждению травматизма и мерах безопасности при выполнении физических упражнений

Подготовительная часть

Подготовительная часть занятия включает общую и специальную разминку. Задача общей разминки – активизировать (разогреть) мышцы опорно-двигательного аппарата и функции основных систем организма, тесно связанных с физической нагрузкой, особенно сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Специальная разминка готовит организм к конкретным заданиям основной части занятия, когда выполняются специально-подготовительные упражнения, сходные по координации движений и физической нагрузке с предстоящими двигательными действиями в основной части занятия. Разминка осуществляется в соответствии с целями и задачами учебно-тренировочного занятия. Подбор упражнений происходит в соответствии с программой по виду спорта и соблюдением методики их проведения.

Основная часть

В процессе занятия обучающиеся должны выполнять упражнения только после разминки. Необходимо подбирать упражнения в соответствии с избранным видом спорта и строго придерживаться принципов доступности и последовательности выполнения упражнений. Необходимо учить обучающихся следить за соблюдением дистанции и игровым пространством, избегать возможности получения травмы. Не допускается оставлять обучающихся одних без контроля в помещении спортивного зала и спортивных площадок. В конце основной части применяются игровой метод и др. для повышения плотности занятия.

Заключительная часть

В заключительной части занятия применяются медленный бег, ходьба, упражнения на расслабление с глубоким дыханием.

Тренер-преподаватель проводит построение, беседует с детьми, происходит разбор учебно-тренировочного занятия и ошибок. Тренер-преподаватель замеряет пульс у обучающихся и спрашивает самочувствие.

По окончании занятия

Проверить порядок или убрать в отведенное место спортивный инвентарь. Провести визуальный осмотр спортивного зала и раздевалок. Убедиться, что все обучающиеся группы покинули место проведения занятий.

Приложение № 2 к Методические рекомендации
об основной документации тренера-преподавателя
в Санкт-Петербургском государственном
бюджетном учреждении дополнительного
образования спортивной школе
олимпийского резерва «Комета»

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение спортивная школа
дополнительного образования олимпийского резерва «Комета»**

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор СПб ГБУ ДО СШОР «Комета»
_____ А.Х. Ариткулов
«___» _____ 20__ г.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН

подготовки спортсмена
на _____ учебно-тренировочный год

Вид спорта: _____

Фамилия, Имя, Отчество: _____

Дата рождения: _____

Спортивное звание (разряд): _____

Образование: _____

Этап подготовки: _____

Фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя: _____

Основные задачи и контрольные задания

(по физической, технической, тактической, психологической, теоретической
подготовке и по результатам выступления в основных соревнованиях)

Основные задачи на _____ учебно-тренировочный год:

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	

СОРЕВНОВАНИЯ И УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Лучший результат за прошедший год _____

Соревнования (основные) на учебно-тренировочный год

№	Наименование соревнований	Сроки проведения	Место проведения	Результат	
				План	Факт
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Учебно-тренировочные мероприятия

№	Название учебно-тренировочного мероприятия	Сроки проведения	Место проведения	Отметка о проведении
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				

Тренер-преподаватель _____ (_____)
(подпись) (Ф.И.О.)

Спортсмен _____ (_____)
(подпись) (Ф.И.О.)

Заведующий отделением _____ (_____)
(подпись) (Ф.И.О.)

Главный врач _____ (_____)
(подпись) (Ф.И.О.)

7.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (в часах)	план														
		факт														
8.	Инструкторская и судейская практика (в часах)	план														
		факт														
9.	Количество контрольных соревнований (в часах)	план														
		факт														
10.	Количество официальных соревнований	план														
		факт														
11.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (в часах)	план														
		факт														

*** В учебно-годовом плане отражаются промежуточная и итоговая аттестация**

Тренер-преподаватель _____ (_____)
(подпись) (Ф.И.О.)

Спортсмен _____ (_____)
(подпись) (Ф.И.О.)

Заведующий отделением _____ (_____)
(подпись) (Ф.И.О.)

Главный врач _____ (_____)
(подпись) (Ф.И.О.)

Приложение № 3 к Методические рекомендации
об основной документации тренера-преподавателя
в Санкт-Петербургском государственном
бюджетном учреждении дополнительного
образования спортивной школе
олимпийского резерва «Комета»

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение спортивная школа
дополнительного образования олимпийского резерва «Комета»**

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по спортивной работе
СПб ГБУ ДО СШОР «Комета»

_____ Ю.Р. Ильина
« ____ » _____ 202__ г.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-КОНСПЕКТ
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО МЕРОПРИЯТИЯ
с _____ 20__ по _____ 20__**

Составитель:

План-график учебно-тренировочных занятий по неделям

№	Содержание занятий	Номер недели		
		1	2	3
1.	Общая физическая подготовка			
2.	Специальная физическая подготовка			
3	Техническая подготовка			
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка			
Итого часов работы с обучающимися				

Дополнение к Плану-графику учебно-тренировочного мероприятия по неделям Комплексный досуг обучающихся

№	Тема	Место проведения	Краткое описание
1			
2			
3			
4			
5			

Пример заполнения Дополнения к Плану-графику учебно-тренировочного мероприятия по неделям
Комплексный досуг обучающихся

№	Тема	Место проведения	Краткое описание
1	Запрещенный список 2022 года.	СО «Луч»	Обсуждение актуальных вопросов антидопинга
2	Антидопинг. Важные факты и основные моменты.	СО «Луч»	
3	Виды нарушений антидопинговых правил. Ответственность за нарушения.	СО «Луч»	
4	Риски и последствия использования пищевых добавок.	СО «Луч»	
5	БАДы в спорте.	СО «Луч»	
6	Алкоголь и его влияние на здоровье человека.	СО «Луч»	
7	Гигиена для чего она нужна.	СО «Луч»	
8	Как бороться со стрессом.	СО «Луч»	
9	Здоровье дороже богатства	СО «Луч»	
10	Есть такая профессия – Родину защищать	СО «Луч»	
11	По дорогам военных лет	СО «Луч»	
12	Война. Блокада. Я и другие.	СО «Луч»	
13	Война глазами детей.	СО «Луч»	
14	День народного единства	СО «Луч»	

1. Тема тематическая (памятные даты выпадающие на время проведения сбора/или приближающаяся памятная дата, официальные праздники).
2. Тема по антидопингу.
3. Тема про здоровый образ жизни.
4. Тема на патриотическое воспитание.

Сбор 5-8 дней то 2 темы

Сбор 9-14 дней 3-4 темы

Сбор 15-21 дней 5-6 тем

**План-конспект
учебно-тренировочного занятия**

Тренер-преподаватель: _____

Тема занятия: « _____ »

Период подготовки: _____

Цель и задачи учебно-тренировочного занятия:

Средства тренировки: _____

Методы учебно-тренировочного занятия: _____

Место проведения: _____

Инвентарь и оборудование: _____

Время проведения: _____

Содержание занятия	Время проведения (мин)	Методические указания
Вводная часть. 1. Организационный момент: построение приветствие, проверка по журналу, инструктаж по профилактике детского травматизма и техники безопасности. 2. Доведение темы занятия до обучающихся. Постановка перед обучающимися задач учебно-тренировочного занятия.		
Подготовительная часть. 1. _____ 2. _____ 3. _____		
Основная часть. 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____ 6. _____ 7. _____		
Заключительная часть. 1. _____ 2. _____ 3. _____		

Конспект составил _____ тренер-преподаватель СПб ГБУ ДО СШОР «Комета» _____
(ФИО) (подпись)

ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЖИМ ДНЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО
МЕРОПРИЯТИЯ НА БАЗЕ СПОРТИВНОГО ОБЪЕКТА _____

С _____ ПО _____ 20__ ГОДА

ВИД СПОРТА _____

ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ _____

Образец заполнения:

Время	Мероприятие
8.00	Подъем
8.30	Зарядка
9.30	Завтрак
10.00	Прогулка
11.30	Тренировка
13.30	Обед
14.00	Тихий час
16.30	Полдник
16.45	Тренировка
19.30	Ужин
20.00	Общелагерные мероприятия, спортивные состязания
21.00	Подготовка ко сну
22.00	Отбой

Дата _____

Подпись _____ / _____ /

Титульный лист учета посещаемости учебно-тренировочных занятий



**Санкт-Петербургское государственное
бюджетное учреждение дополнительного
образования спортивная школа олимпийского
резерва «Комета»**

**УЧЕТ ПОСЕЩАЕМОСТИ
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ
В ПЕРИОД ПРОВЕДЕНИЯ
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО
МЕРОПРИЯТИЯ**

с _____ 202_ по _____ 202_

Место проведения: _____

**ЛИСТ ИНСТРУКТАЖА ПО ТЕХНИКЕ И ПОЖАРНОЙ
БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ГРУППЫ**

№	Фамилия, имя учащегося	Краткое содержание инструктажа	Инструктируемый	
			дата	подпись
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

