

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБУ СШОР № 9 МОГК  
\_\_\_\_\_ С.В.Кулинченко

**Инструкция**  
**по заполнению «Журнала учета спортивной подготовки»**  
**в электронном формате МБУ СШОР № 9 МОГК**

**1. Страница журнала учебно-тренировочных занятий**

При нажатии на дату проведения тренировки отобразится страница с подробной информацией о ней. Тренеру (тренеру-преподавателю) необходимо выставить результаты тестирований, проставить отметки об отсутствии, добавить комментарий, добавить индикатор настроения и оценить работу спортсмена на тренировке по 10-балльной шкале.

Фамилия и имя каждого обучающегося (спортсмена) в журнале отображаются над ячейками для добавления отметки.

**Примечание:** серый цвет ячеек в журнале означает, что обучающийся (спортсмен) не имеет членства в группе на момент проведения тренировки.

Перейдя на страницу журнала тренировочного занятия тренеру (тренеру-преподавателю) необходимо проставить посещаемость. Для этого используются следующие отметки:

- «Н» - отсутствовал по неизвестной причине.
- «П» - отсутствовал по уважительной причине.
- «Б» - отсутствовал по причине болезни.
- «О» - опоздал на тренировку.
- «УТС» - участие в тренировочных сборах.
- «С» - соревнование.

**Примечание:** если тренеру (тренеру-преподавателю) неизвестна причина отсутствия обучающегося (спортсмена) на учебно-тренировочном занятии, он может проставить «Н» до выяснения обстоятельств, а потом вернуться на страницу журнала учебно-тренировочного занятия и отредактировать отметку. Если причина отсутствия осталась неизвестной, то в журнале сохраняется обозначение «Н».

При выставлении норматива отображаются следующие индикаторы:

- восклицательный знак обозначает, что норматив не сдан;

- зелёный индикатор - норматив сдан и указан % от эталона (рекордное значение в группе).

**Для выставления результата норматива (оценки, отметки) об отсутствии необходимо:**

- нажать на соответствующую ячейку;
- ввести результат норматива или нажать на нужную оценку (отметку об отсутствии) в появившейся панели.

**Для удаления результата норматива (оценки, отметки) об отсутствии необходимо:**

- нажать на соответствующую ячейку;
- нажать на кнопку «Удалить».

## 2. Страница плана учебно-тренировочных занятий

Данный раздел позволяет тренеру (тренеру-преподавателю):

- заполнить план тренировки (вручную или с [помощью шаблона](#));
- выставить отметки в журнале (вручную или с [помощью qr-кода](#));
- мониторить выполнение плана за месяц (информация заполняется в разделе [«Годовой тренировочный план»](#) в настройках группы с помощью в веб-версии).

Заполненный годовой учебно-тренировочный план автоматически попадает в счётчик мобильного приложения, где тренер (тренер-преподаватель) может отслеживать выполнение плана спортивной подготовки за месяц.

**Примечание:** в связи с обновлением разделов подготовки в Федеральных стандартах, в столбце «Разделы подготовки» были добавлены новые разделы.

Администратору (тренеру (тренеру-преподавателю)) в веб-версии необходимо заполнить те поля, по которым тренируется группа (в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта, утверждённой организацией). Если группа тренируется по старому стандарту, то заполняется информация по старым разделам, если новый стандарт, то заполняются новые разделы.

Дублировать часы в полях не нужно!

### Как заполнить тренировку?

Для заполнения тренировки необходимо нажать на тренировку в блоке «Расписание».

В разделе «**Описание**» возможно:

- [создать сессию тестирования](#);

- написать комментарий всем обучающимся (спортсменам);
- загрузить фото/видео;
- информация о месте проведения тренировки;
- ФИО тренера-преподавателя.

В разделе «**План**» можно:

- [применить шаблон тренировки](#);
- добавить упражнения;
- добавить время выполнения упражнения;
- добавить информацию о направленности тренировки.

При нажатии «Добавить упражнение вручную» открывается меню, где доступен список упражнений и возможность добавить новое упражнение.

Готовые упражнения можно отфильтровать по:

- этапу подготовки;
- разделу подготовки;
- базе упражнений.

В приложении доступны 2 базы упражнений, а также упражнения, созданные самим тренером (тренером-преподавателем):

- Общая база - упражнения, которые добавлены тренерами (тренерами-преподавателями) всех спортивных школ, подключённых к АИС «Мой Спорт»;

- Школьная база - упражнения, созданные тренерами (тренерами-преподавателями) одной спортивной школы (каждое добавленное упражнение сохраняется в общем списке базы школы, все упражнения достаточно завести в систему только один раз).

Для создания нового упражнения необходимо нажать в правом верхнем углу.

- В окне «Описание упражнения» можно добавить url-ссылку на описание упражнения.

- Включение кнопки «Добавить упражнения к общей базе» позволит вашему упражнению попасть в общую базу.

- При создании упражнения необходимо указать этап и раздел подготовки.

Выбранное упражнение отразится на странице тренировки. При нажатии на «+» выставляется время, затраченное на это упражнение, таким образом, отображается шкала заполненности тренировки.

В разделе «**Результаты**» можно:

- [отсканировать код обучающегося \(спортсмена\) на тренировке](#);
- [выставить среднюю оценку всем обучающимся \(спортсменам\) за тренировку](#);

- исправить оценки;
- написать личный комментарий обучающемуся (спортсмену);
- добавить индивидуальное фото/видео обучающемуся (спортсмену).

### **Как создать «Шаблон тренировки»?**

Для создания шаблона необходимо:

- нажать «Применить шаблон тренировки»;
- нажать «+ Создать новый шаблон»;
- нажать «Фильтры упражнений»;
- указать «Этап подготовки», который соответствует группе;
- ввести название шаблона;
- нажать на «галочку» для сохранения шаблона.

### **Как применить шаблоны тренировок?**

Для выбора шаблона из базы необходимо:

- нажать «Применить шаблон тренировки»;
- нажать на «Фильтры»
- выбрать «Принадлежность шаблонов» (Все, Шаблоны созданные мной, Шаблоны школы, Шаблоны общей базы);
- указать «Этап подготовки», который соответствует группе;
- нажать «Применить»;
- выбрать шаблон упражнений из списка;
- нажать на «три точки»;
- нажать «Применить».

Для редактирования / удаления шаблона необходимо:

- нажать «Изменить упражнения»;
- снять все или частично «галочки» с упражнений;
- нажать на «галочку» для сохранения действий.

### **Как создать «Соревнование»?**

Для создания соревнования необходимо:

- открыть мобильное приложение «Тренер»;
- нажать на кубок в блоке «Расписание»;
- ввести название соревнования;
- добавить спортсменов (обучающихся), которые будут участвовать в соревновании (сначала выбрать группу, а затем конкретных спортсменов);
- указать информацию о дате, времени и месте;
- добавить информацию для родителей, если это необходимо;

- загрузить результаты соревнований;
- загрузить фото/видео.

Для добавления обучающихся (спортсменов) необходимо:

- выбрать группу;
- выбрать отдельных обучающихся (спортсменов);
- повторить то же действие с другой группой при необходимости.

После того, как тренер-преподаватель внес всю информацию, соревнование появится в расписании.

**Примечание:** кроме тренера-преподавателя соревнование может вносить в расписание администратор через веб-версию системы.

При переходе на страницу соревнования тренер (тренер-преподаватель) может отредактировать внесённую информацию и загрузить фотографию с результатами соревнований или видеозапись.

### **Как создать тестирование?**

Для создания тестирования тренеру (тренеру-преподавателю) необходимо:

**Шаг 1.** Нажать на тренировку в блоке «Расписание».

**Шаг 2.** В поле «Тестирование» нажать «Добавить сессию тестирования» (приложение автоматически откроет страницу в веб-версии «Тренер»).

**Шаг 3.** Внести информацию по тесту.

**Шаг 4.** Нажать «Сохранить».

**Примечание:** если поставить галочку в поле «Учитывать как промежуточную аттестацию», то сессия будет учитываться в разделе журнала по результатам промежуточной аттестации.