

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора МАУ «СШОР
«Дельфин» от
« 16 » 02 2020 г. № 120 n



Директор МАУ «СШОР «Дельфин»
Габдрахманов А.В.
2020 г.

ПОРЯДОК

ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА ДИСТАНЦИОННОМ РЕЖИМЕ В МУНИЦИПАЛЬНОМ АВТОНОМНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА «ДЕЛЬФИН»

Действует с «17» 02 2020 г.

г. Набережные Челны

1. Общие положения

1.1. Порядок организации и проведения тренировочного процесса в муниципальном автономном учреждении города Набережные Челны «Спортивная школа олимпийского резерва «Дельфин» (далее – «СШОР «Дельфин») на дистанционном режиме (далее – Порядок) определяет механизм организации и проведения тренировочного процесса на дистанционном режиме с целью соблюдения принципа непрерывности тренировочного процесса в «СШОР «Дельфин», в том числе реализации программы спортивной подготовки по видам спорта «Плавание», «Синхронное плавание», «Художественная гимнастика».

1.2. С целью реализации мер по предотвращению распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-2019), тренировочный процесс переводится на дистанционный режим тренировочных занятий.

2. Порядок организации и проведения тренировочного процесса на дистанционном режиме

Этап выполнения	Содержание обязанностей по организации тренировочного процесса на дистанционном режиме
1 шаг	Тренер корректирует годовой план объемов тренировочной нагрузки на 2020 год для обеспечения возможности продолжать тренировочные занятия на дистанционном режиме
2 шаг	Тренер разрабатывает для каждого тренировочного занятия конспект по форме согласно приложению 1 к настоящему Порядку
3 шаг	С учетом утвержденного расписания тренировочных занятий тренер высылает спортсменам своей группы конспект тренировочного занятия, с учетом утвержденного расписания тренировочных занятий посредством использования облачного сервиса Zoom, в режиме групповой видеоконференции, оказывает методическую помощь по ходу выполнения физических упражнений включенных в конспект.
4 шаг	Спортсмен, получивший конспект тренировочного занятия, после ознакомления, выполняет упражнения, включенные в конспект тренировочного занятия в режиме онлайн подключения с использованием облачного сервиса Zoom в режиме групповой видеоконференции под руководством тренера; либо самостоятельно выполняет физические упражнения, указанные в конспекте, если нет возможности подключения и участия по какой - либо причине в тренировочном занятии с использованием облачного сервиса Zoom в режиме групповой

	видеоконференции. Все применяемые упражнения должны выполняться с соблюдением правил техники безопасности.
5 шаг	По завершении тренировочного занятия на дистанционном режиме спортсмен сообщает тренеру о выполнении тренировочного занятия. Тренер делает соответствующую отметку о выполнении тренировочного занятия в журнале учета спортивной подготовки
6 шаг	В конце каждой недели тренер информирует заместителя директора (инструктора-методиста) о количестве проведенных тренировочных занятий в каждой группе, закрепленной за ним

2.1. Однократно в начале введения дистанционного режима работы тренер рассылает спортсменам образец отчета о выполнении тренировочного занятия (далее – отчет) по форме согласно приложению 2 к настоящему Порядку. На период проведения тренировочных занятий на дистанционном режиме каждый спортсмен обязан заполнять отчет после каждого тренировочного занятия.

2.2. Тренеру необходимо провести соответствующую разъяснительную работу со спортсменами и их родителями (законными представителями) о необходимости выполнения тренировочных занятий и заполнения отчета.

2.3. По окончании дистанционного режима спортсмены сдают тренеру отчет. Собранные отчеты вместе с журналом учета спортивной подготовки, а также конспекты тренировочных занятий тренер обязан сдать в учебный отдел «СШОР «Дельфин».

2.4. Конспекты тренировочных занятий, отчеты о тренировочных занятиях и журнал учета спортивной подготовки являются подтверждением реализации программы спортивной подготовки и основанием для начисления заработной платы тренеру в период дистанционного режима работы.

3. Порядок составления конспекта тренировочного занятия

3.1. Конспект тренировочного занятия (далее – конспект) составляется для каждой группы этапа спортивной подготовки с учетом годового плана тренировочной нагрузки на 2020 год. В конспекте указываются дата проведения тренировочного занятия, направленность тренировочного занятия, содержание тренировочного занятия, дозировка выполняемых упражнений.

3.2. Содержание тренировочных занятий должно соответствовать условиям их проведения. В содержание следует включить такие виды подготовки как общая физическая подготовка, специальная физическая

подготовка, техническая подготовка с учетом специфики вида спорта, теоретическая подготовка.

3.3. Рекомендуемые тренером физические упражнения и специальные физические упражнения должны быть простыми по исполнению.

3.4. При составлении конспекта тренировочного занятия тренеру необходимо обязательно указать требования техники безопасности к месту проведения занятия.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

к Порядку организации и проведения тренировочного процесса в муниципальном автономном учреждении города Набережные Челны «Спортивная школа олимпийского резерва «Дельфин» на дистанционном режиме

**КОНСПЕКТ
ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ**

ФИО тренера	
Дата и время проведения тренировочного занятия по расписанию	
Этап /Группа спортивной подготовки	
Направленность тренировочного занятия	

Ч/з	Содержание	Дозировка, мин.	Методические указания, правила техники безопасности при выполнении упражнения.
	Подготовительная часть: Основная часть: Заключительная часть:	В минутах, количество раз	

Тренер
/ _____ /

_____ (подпись)

(ФИО)

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2

к Порядку организации и проведения тренировочного процесса в муниципальном автономном учреждении города Набережные Челны «Спортивная школа олимпийского резерва «Дельфин» на дистанционном режиме

**Отчет
о выполнении тренировочного занятия**

Ф.И.О. спортсмена _____

Этап /Группа спортивной подготовки _____

Дата и место проведения тренировочного занятия	Содержание тренировочного занятия	Продолжительность тренировочного занятия	Отметка о выполнении

Комментарии спортсмена (самочувствие, ощущения, трудности и д.р.):

Спортсмен _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)