

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
Кафедра атлетичних видів спорту

**ОСНОВИ УПРАВЛІННЯ ПІДГОТОВКОЮ СПОРТСМЕНІВ У СИ-
ЛОВИХ ВИДАХ СПОРТУ**

Лекція з дисципліни ТіМОВС для студентів V курсів факультету спорту
та факультету фізичного виховання
(цикл силових видів спорту)

Львів
20__ р.

ПЛАН

Вступ

1. Чотирьохлітній план підготовки важкоатлетів до олімпійських ігор - головний документ з планування УТЗ для спортивних організацій.
2. Вибір місця проведення і направленість зборів. Основні бази підготовки збірної команди України.
3. Категорії зборів. Склад учасників і тривалість зборів.
4. Складання кошторису фінансових розходів на проведення зборів.
5. Основна документація збору.
 - навчальний план;
 - план виховної роботи;
 - план роботи КНГ і медичної групи;
 - список учасників і обслуговування персоналу.
6. Виклик учасників збору.
7. організація роботи на зборі:
 - список дежурних учасників і тренерів;
 - проведення інформаційної і культурно-масової роботи;
 - проведення наукових досліджень;
 - аналіз тренувальних програм на зборі;
 - комплектація збірної команди.
8. Обов'язки ст.тренера і начальника збору.
9. Звіт проведення збору.

ВСТУП

Відомо, що підготовка важкоатлетів-розрядників і майстрів спорту проводяться, як правило, в спортивних секціях колективу фізичної культури, спортивних клубах і спортивних школах (ДСШ, ДЮСШ, ДЮСШОР, ШІСП, ШВСМ).

Разом з цим з метою ускорення вдосконалення спортивної майстерності і успішного виступу у міжнародних регіональних державних і других змаганнях для учасників, включених в склад команд (юнаків, юніорів і дорослих), котрі готуються до вказаних змагань, проводяться учбово-тренувальні збори.

Підготовка важкоатлетів на зборах, при їх правильній організації, має відомі переваги перед підготовкою на місцях.

Головне заключається в тому, що спортсмени в значній мірі звільняються від щоденних клопотів і попадають в умови найбільш оптимальні для підвищення їх майстерності: чіткий режим і постійний розпорядок дня, добрі битові умови, посилене харчування, наявність висококваліфікованого обслуговуючого персоналу (лікарів, масажистів і т.п.), запрошення найбільш кваліфікованих тренерів, комплексне застосування засобів реабілітації і др.

Перечисленні компоненти значимо покращують працездатність спортсменів, що дає в свою чергу, ефективність проводити тренувальний процес з застосуванням двох-трьох разових занять в день.

Особливе значення в педагогічному аспекті має можливість більш частішого спілкування спортсменів і тренерів не тільки під час занять, але і у вільний від тренувань час.

Це дозволяє тренерам краще зрозуміти взаємовідношення в колективі спортсменів, вивчати особисті якості учасників збору і більш ефективно управляти формуванням колективу. Актуальність підвищених вимог до організації і проведенню виховної роботи на зборі диктується також і деякими негативними моментами, які мають місце під час збору і відрив спортсменів від звичних умов побуту, роботи, навчання, друзів, колективу, тренера в окремих випадках негативно сказується розлука з сім'єю, пристосування до нових вимог тренерів і товаришів по збору.

В зв'язку з цим дуже важливо, щоб на збори запрошувались тренери, які мають моральну зрілість, професійні знання, широкий кругозір і ерудицію, різноманітні інтереси.

Організація повноцінної виховної роботи на учбово-тренувальних зборах дає умови всебічного розвитку особистості спортсмена і буде допомагати росту спортивних результатів.

В ході проведення зборів благо приємні умови для рішення різних задач:

- розвиток і вдосконалення морально-вольових і фізичних якостей спортсмена;
- підготовка спортсменів в різні періоди тренувального циклу і безпосередньо до змагань;
- підвищення рівня спортивної підготовки на основі сучасних науково-методичних вимог для досягнення високих спортивних результатів і успішного виступу в майбутніх змаганнях;
- впровадження в практику підготовки важкоатлетів передових методів тренувань і результатів науково-методичних досліджень в області важкої атлетики;
- підвищення теоретичних знань спортсменів в галузі важкої атлетики;
- поглиблене комплексне медичнське обстеження важкоатлетів.

Заняття на зборах проходять під керівництвом тренерського складу на чолі з старшим тренером.

Наукове забезпечення підготовки на учбово-тренувальних зборах здійснюється за спеціальним планом, затвердженим вищостоячою організацією (ШВСМ, комітетом, міністерством).

Для обліку чіткої організації роботи по проведенню збору, керівництвом і тренерською радою повинні складатися відповідні документи.

I. Чотириохрічний план підготовки українських важкоатлетів до олімпійських ігор – головний документ з планування учбово-тренувальних зборів для всіх спортивних організацій України

Вся система зборів у нас в Україні в кінцевому підсумку направлена на виявлення із загальної маси людей, які займаються фізкультурою і спортом, найбільш обдарованих індивідуальностей і виховання із них найближчого і дальнього резерву для збірної команди України, в цілях успішного виступу на олімпійських іграх, чемпіонатах світу, Європи та інших відповідальних змаганнях.

Успішний виступ посланців України на міжнародній арені служить зміцненню дружби між народами різних країн, зміцненню миру на землі і ствердженню молодого держави Україна.

На початку чотириохлітнього олімпійського циклу колегія міністерства в справах молоді і спорту України затверджує з кожного виду спорту перспективний план підготовки українських спортсменів до наступних олімпійських ігор. В одному з його розділів є план-календар Українських і міжнародних змагань на чотири роки.

Потім міністерство у справах молоді і спорту України (відповідний відділ) складає на кожний рік (для всіх видів спорту) план-календар з указанням часу (місяць) і місця (місто) проведення позначених міроприємств.

Названий документ служить основою (керівництвом) для підрозділів важкої атлетики Управління гімнастики і спортивних одноклубів Мінмолспорту України при складанні «Положення про проведення Українських змагань на наступний річний цикл».

З метою підпорядкування (упорядкування) спортивного календаря нижчих організацій в «Положенні» вказуються строки проведення чемпіонатів і першостей ДСТ, відомств і областей.

Положення затверджуються зам.Міністра по спорту.

Тепер підсумковий план-календар «Положення про проведення Українських змагань на наступний рік» являється відправним документом для ДСП, відомств і спорткомітетів (обласних, міських, районних) для складання «Об'єднаних планів проведення внутрішніх змагань, участі у державних і міжнародних змаганнях збірних команд (ДСП, області, ДЮСШ, ШВСМ) і організації до них підготовки спортсменів на учбово-тренувальних зборах».

В плані є наступні розділи: призначення зборів, строки проведення, місце проведення, контингент учасників, тривалість (в днях) збора, склад команди, загальна кількість тренерів і учасників змагань (командний, особисто-командний, особистий).

Таким чином, система зборів являється складовою частиною всього учбово-тренувального процесу в цілорічній і багаторічній підготовці спортсменів різної кваліфікації і віку.

2. ВИБІР МІСЦЯ ПРОВЕДЕННЯ І НАПРАВЛЕНІСТЬ ЗБОРІВ.

Основні бази підготовки збірної команди України.

Учбово-тренувальні збори повинні проводитися в умовах відповідних сучасному рівню технічного прогресу: добре обладнані зали з достатньою кількістю помостів, штанг, тренажерів, приладів; медичеського обладнання, засобів відновлення і реабілітації, битових умов; використання в процесі тренувань засобів термінової інформації, відеомагнітофонів і кінофікації; організація досуга і відпочинку.

Важливо також підібрати місце проведення збору, яке по своїм кліматичним умовам, рельєфу місцевості, висоти над рівнем моря і др. повинні відповідати задачам збору і місцю проведення майбутніх змагань. Вибір місця проведення збору має відповідне значення для підвищення ефективності його проведення.

В цьому плані збір організований на спеціалізованій базі /особливо з виду спорту/ за містом, де в наявності найбільш сприятливі і компактні умови по розміщенню, харчуванню, тренувальному комплексу, де можна проводити спеціальну підготовку і підготовку з ЗФП, має вирішальну перевагу перед зборами, організованими в містах /особливо великих/ санаторіях чи домах відпочинку.

Мета і задачі учбово-тренувальних зборів в залежності від періода підготовки, природньо різні. В зв'язку з чим і відповідно місце його проведення. Збори, на яких ставиться задача активного відпочинку, реабілітації з застосуванням засобів ЗФП, бажано проводити біля водоймищ, місць з багатим лісним /гірсько-лісним/ ландшафтом.

Збори можна класифікувати на: оздоровчі, загальнофізичної підготовки, спеціально-фізичної і технічної підготовки, підготовчого і змагального значення.

Збірна команда України з важкої атлетики при підготовці до відповідальних міжнародних змагань олімпійським іграм, чемпіонатам і першостям світу і Європи та ін. проводить учбово-тренувальні збори на слідуючих базах:

1. Учбово-спортивна олімпійська база Мінмолспорту України в селищі Конча-Заспа, що недалеко від Києва. Побудована в лісному масиві з добрим мікрокліматом. Розрахована на підготовку важкоатлетів, легкоатлетів, борців, боксерів, гімнастів, фехтувальників, деяких ігрових видів спорту. З 1984 р. з ініціативи федерації важкої атлетики України було побудовано, ще один спеціалізований зал важкої атлетики 36x18 метрів, 10 помостів з спеціальними важкоатлетичними приладами.

Разом з другими спортивними спорудами /легкоатлетичне поле, відкриті спортивні площадки, гімнастичний зал, зал ЗФП та ін./ являється свого роду одним з унікальних спортивних комплексів на Україні, який відповідає сучасним вимогам при підготовці сильніших важкоатлетів в будь-якому /підготовчому, змагальному, перехідному/ періоді тренувань.

2. Учбово-спортивна база УкрРади "Динамо" в м. Феодосія.

Для підготовки важкоатлетів керівництво товариства виділило ігровий зал 36x18 метрів, де вмонтовано 8 помостів. База з успіхом використовується для підготовки спортсменів в підготовчому і перехідному періодах. Умови степового, гірського і морського клімату сприяють ефективному відновленню спортсменів після великих навантажень і після великих нервово-психічних напружень спортивного сезону.

3. Учбово-спортивна база УкрРади "Колос" у с. Дачне, що у 5 км. Від Луцька.

Побудована в лісному масиві. Для послуг важкоатлетів використовується ігровий зал 26x18 м, де вмонтовано у підлогу 8 помостів і є прибудований до нього малий зал на 4 помоста. На базі є стадіон і добре обладнані з штучним покриттям ігрові площадки, прекрасний реабілітаційний центр з сауною.

4. Спортивна база в Новій Каховці.

Належить вона також УкрРаді "Колос". База має спеціалізований важкоатлетичний зал на 8 помостів з важкоатлетичними приладами, з добрими умовами проживання - готелем і харчування - столовою. Збори на цій базі плануються в підготовчий і перехідний період. От основні спортивні бази в Україні.

Правда ряд областей і ДСП мають свої спортивні бази, але вони розташовуються, як правило, в містах і розраховані в основному на один вид спорту і по великому рахунку не відповідають всім вимогам підготовки спортсменів високого класу. З практики проведення зборів часто приходиться проводити збори в містах. При цьому необхідно враховувати, щоб готель, місце харчування і місце тренувань розташовувались в безпосередній близьості один від одного. В протилежному випадку багато часу буде тратитись на роз'їзди.

Недоцільно проводити збори в курортних місцях, домах відпочинку, санаторіях /з проживанням в готелі/, де немає "спортивних комплексів, так як сама обстановка не відповідає більш серйозній і ціленаправленій підготовці.

Підводячи підсумок сказаному, необхідно собі чітко уявляти що повноцінна підготовка важкоатлетів в умовах учбово-тренувальних зборів може бути лише в спеціалізованих /комплексних/ спортивних базах. Ця обставина особливо важна у зв'язку з застосуванням у теперішній час сильнішими важкоатлетами світу двох-трьох разових тренувань на день. Тільки при таких умовах можливо провести повноцінне тренування і реабілітаційні міроприємства.

І нарешті місце проведення учбово-тренувального збору на кожний наступний рік підбирається завчасно /3-й квартал/.

В місця передбачених для проведення міроприємств, розсилаються відповідні листи. При отриманні позитивної відповіді, складається кінцевий план проведення зборів, виділяються і затверджуються фінанси.

Згідно фінансового плану на кожне міроприємство виділяються кошти з розрахунком: місця і тривалості проведення збору, контингенту учасників, мети і задач збору.

Фінансування проводиться згідно наказу міністра Мінмолспорту України, згідно законів, інструкцій про- спортивну діяльність в державі /Положення, інструкції часто міняються/.

3. КАТЕГОРІЇ ЗБОРІВСКЛАД УЧАСНИКІВ І ТРИВАЛІСТЬ ЗБОРІВ.

Згідно діючого положення, відміченого у розділі /учбово-тренувальні збори/ збори проводяться для участі в наступних змаганнях: міжнародних, державних, регіональних.

Примітка:

1. Проведення зборів до змагань області, міста - заборонено.

Згідно положення до зборів запрошуються спортсмени не нижче I розряду, а юнаки III розряду дорослих, або I юнацького розряду.

2. Тривалість зборів залежить від мети, задач і характеру зборів. Може бути від 10 до 24 днів.

3. Максимальний склад учасників збору залежить від складу команди на змаганнях і може бути до подвійного складу допущених учасників.

4. СКЛАДАННЯ КОШТОРИСУ ФІНАНСОВИХ ВИТРАТ НА ПРОВЕДЕННЯ ЗБОРУ.

Згідно плану фінансових витрат організації на проведення кожного учбово-тренувального збору складається кошторис фінансових витрат. Сума витрат міроприємства не повинна перебільшувати запланованої. Оформлення кошторису починається з складання чорнового плану-документу за 1,5-2 місяці до початку проведення учбово-тренувального збору.

В цьому первинному документі відмічається відповідальний підрозділ /управління або відділ/ відповідної організації і персонально прізвища /ст. тренер збору або начальник збору/, відповідального за керівництво кошторису на місцях. В кошторисі відмічається: місце і час проведення /в тому числі загальна кількість днів/, загальна кількість учасників /спортсменів, тренерів і других служб/, окремо спортсменів і обслуговуючого персоналу, а також загальна кількість чоловіко-днів /дні збору помножені на загальну кількість людей/.

Заповнюються статті "Харчування учасників збору", де відмічається роздільно вартість денного раціону харчування спортсменів і обслуговуючого персоналу /тренери, лікарі, масажисти/ помножена на кількість днів збору. Сума вартості вітамінів для спортсменів, харчування для спортсменів і тренерів згідно постановам ради міністрів на протязі довгого часу була стабільною /5,6 руб, 10 руб.,20 руб./.. За останній час 1991-1993 р.р. сума на харчування багато разів мінялась. Зараз вона рівняється від 3-х до 7,5 тис. На день на одного спортсмена, в залежності від масштабу змагань до яких проводиться збір. На державних зборах по підготовці до міжнародних змагань з підвищеним навантаженням, великої інтенсивності, для відновлення дозволяється збільшувати витрати на фармакологічні препарати.

В слідуючій статті "Заробітна плата працівників нештатного /не списочного складу/", -передбачається слідуючі пункти:

А) заробітна плата тренерам і спортсменам /сума витрат по кошторису на ці цілі планується умовно і виплачується по фактичній потребі на умові довідок з місця праці/;

Б) оплата медичного персоналу /лікарів, медичних сестер, масажистів/;

В) виконання роботи і оформлення місця збору;

Г) оплата бухгалтера за обслуговування збору;

Д) оплата за показ учбових фільмів та ін.

В слідуючій статті відображається "Розміщення учасників міроприємств /оплата готелю, гуртожитку та інших місць житла/".

В слідуючій статті визначається "Проїзд літаком, залізницею чи автомобілем і добові за час знаходження в дорозі /в обидва кінця/ іногороднім спортсменам, тренерам і обслуговуючому персоналу".

Планується "Аренда місць для проведення міроприємств". Тут же передбачено кімнату лікаря, масажиста і парилка, лазня.

Окремою статтею передбачено транспортні витрати /перевозка учасників, обладнання і спортінвентаря/.

В кошторисі передбачені також витрати на канцелярські товари, на поштово-телеграфні і телефонні розмови, медикаменти і відновлюючі лекції.

Після заповнення в кошторисі всіх необхідних статей витрат приступають до складання основної документації збору.

5. ОСНОВНІ ДОКУМЕНТИ ЗБОРУ.

Учбовий план збору визначає направленість підготовки. Відмічається місце проведення міроприємства, спортбаза, строки проведення і кількість учасників. Формуються основні задачі. Визначається кількість тренувальних годин.

Окремо визначається практичні заняття /ЗФП і заняття в залі важкої атлетики в годинах/. Потім заповнюється розділ теоретичних занять в годинах.

Складається план виховної і культурно-масової роботи, виходячи з місцевих умов. План роботи наукової /КНТ/ і медичинської груп. Складається розпорядок дня. Складається список учасників і обслуговуючого персоналу, графік дежурств спортсменів і тренерів.

Розподіляються учасники збору по тренерському складу /кожному тренеру по 4-6 спортсменів/. За останній чар стали практикувати єдині плани підготовки /по засобам і величині навантаження/ розписані по днях тренувань. Такий поурочний план прикладається до учбового плану.

Перерахована документація /в надрукованому вигляді/ і чорновик візуються старшим тренером/, пізніше свій підпис ставить начальник відділу /управління/. Після цієї процедури документи направляються начальнику планово-фінансового відділу. Після цієї процедури документи направляються начальнику планово-фінансового відділу. Після перевірки кошторисних витрат і відповідності її з запланованими, кошторис друкується у 4-х екземплярах. Тепер вся документація /стосується тільки кошторису/ з підписами повторюється знову, але вже на віддрукованому кошторисі. З метою контролю на кошторисі ставиться її номер.

Тепер кошторис кінцево затверджується зам. Міністра в справах молоді і спорту, або начальником відділу.

Мінмолспорту України видає наказ про проведення відповідного учбово-тренувального збору, де відмічаються слідуючі моменти:

- строки і місце проведення збору, контингент учасників;
- відповідальний підрозділ /УСВ/, вказується адміністрація спортивної бази;
- приймання, розміщення, харчування, підготовка місць занять, зворотню відправку учасників і тренерів доручається адміністрації спортивної бази;
- назначається персонально начальник збору і старший тренер;
- розрядником кредитів назначається персонально директор спортбази.

Тепер кошторис з наказом направляється на спортбазу, один екземпляр залишається у відділі, один у бухгалтерії міністерства, один старшому тренеру, або начальнику збору.

Бажано, щоби кошторис розсилався за місяць до початку учбово- тренувального збору.

6. ВИКЛИК УЧАСНИКІВ ЗБОРУ.

Наступає час оформлення викликів учасникам на збір. Виклик друкується на фірмовому бланку організації, яка проводить збір. В цьому документі вказується спортивна організація і прізвище голови, де проживає спортсмен /тренер/.

У листі повідомляється, що проводиться такий-то збір /строки/. Вказуються прізвища спортсменів і тренерів, котрі включені на збір. Організація просить відрядити визваних на

збір /вказується місце/ до такого то числа. Нагадується, що учасники повинні мати при собі: паспорт, посвідчення - відрядження, щоденник тренування, індивідуальний план учбово-тренувальної роботи, річний план-графік тренувальних навантажень.

Повідомляється адреса спортбази, прізвище до кого звернутись і номер телефону. Відмічається, що всі витрати по відрядженню несе організація яка проводить збір.

Висловлюється прохання підтвердити відрядження учасників не пізніше 7- 10 днів до початку збору. Підписує документ листа-виклику начальник відділу /або держтренер чи старший тренер/.

У нижній частині листа-виклика є корінець відповіді-підтвердження /відмови/ виклика на збір.

Відповідь підписується головою облклмітету, чи ДСТ. Данний порядок потрібен для своєчасної корекції складу учасників збору.

У спортивному комітеті міністерства оборони України введений свій порядок по організації і проведенню зборів, про який ви визнаєте, якщо станете тренерами цього товариства.

7. ОРГАНІЗАЦІЯ РОБОТИ НА ЗБОРІ.

Безпосередньо на зборі уточнюються розподілення учасників за тренерами. Складається список кождоденних дежурств спортсменів і тренерів. Це необхідно для забезпечення виконання розпорядка дня і других оперативних задач.

На загальних зборах вибираються староста, капітан команди, редакційна колегія, уточнюється план виховної і культурно-масової роботи, назначається дні проведення політінформацій /докладчики інформують про внутрішнє і зовнішнє становище в Україні, інформують про новини в Україні і за кордоном, дають спортивну інформацію/.

Кожний тренер веде журнал звіту виконання учбово-тренувальної роботи і відвідування занять. Згідно листу-виклику учасники повинні прибути на збір і індивідуальним щоденником /з підрахунком навантажень/, індивідуальним планом тренувань складеним тренером по місцю проживання.

В цілому організація і проведення теоретичних і практичних занять і їх зміст повинні виходити з учбового плану збору, розпорядка дня і розкладу тренувальних занять.

З метою кращого планування і контролю за тренувальним процесом користуються розгорнутим місячним планом тренувань /див. додаток/.

При плануванні навантажень необхідно виходити з фактичного навантаження попереднього місячного циклу. Подивись, наскільки воно відповідає річному плану.

Визначити зв'язок поточного навантаження /місяць/ з наступним циклом підготовки і залежності його від подальших планів.

Потім складають план /в більшості випадків спортсмени прибувають на збір без індивідуальних планів/ навантажень на весь період учбово- тренувального збору. В процесі підготовки корегувати його.

При плануванні необхідно враховувати слідуєчі фактори: -розподілення навантажень по тижневим циклам і зв'язок його з попереднім і по слідуєчим циклам, складання схеми з особистими оптимальними варіантами;

- врахування особистої схеми /по дням/ проходження максимальних /90-100%/ ваг і їх оптимальної кількості за циклом /4 тижня - місяць/ визначення оптимальних строків заключних попиток на вказані ваги ;

оптимальні індивідуальні варіанти розподілу навантажень /загального і максимального/ в тягах, присіданнях та ін. вправах;

найбільш доцільні /індивідуальні/ заключні тренування перед змаганнями/ частіше всього збори закінчуються змаганнями/;

- при визначенні готовності спортсмена до змагань необхідно враховувати додатково об'єктивні фактори /різниця в часовому поясі, умови переїзду до місць змагань - дороги, медичні показники: пульс, тиск, хвороба, травми та ій./ і суб'єктивні фактори /настрій, мнимість психологічні "атаки" противників та ін./ При цьому необхідно виходити з слідуєчих припущень: чим вища сподотивна с'борма, тим менше вона підлягає коливанню від суб'єктивних факторів;

- і контрольні /раз а тиждень/ лікарські виміри і зміни відповідної ваги спортсмена.

Індивідуалізація - один із основних принципів роботи із збірною командою, особливо на заключному етапі. Правда в даний час, під час проходження збору підготовчого періода користуються єдиними планами /по засобах/.

Використовування методів наукового дослідження і апаратури служить ефективним засобом для постійного удосконалення учбово-тренувального процесу. Об'єм і ступінь складності досліджень залежить від цілей і задач збору. Якщо це підготовчий період, то дослідження можна планувати у великому об'ємі, використовувати більш складну методичку/ наприклад, паспортизацію техніки/. Якщо це етап змагальної підготовки, то дослідження повинні бути простішими і менш об'ємними вони не повинні відвертати увагу спортсмена і заважати його підготовці. Наприклад, відіомагнітофон, циклографія і тензоплатформа.

В ході збору проходить вдосконалення тактичної підготовки на основі аналізу останніх змагань, а також порівняння удачних змагань. Головну увагу потрібно направити на виявлення фактичної готовності. В ході збору, по мірі проходження /піднімання/ великих ваг складаються попередні варіанти тактики, котрі в кінці збору оформляються як заключні.

Комплектування збірної команди по підсумкам збору проходить в залежності від виду майбутніх змагань.

Відомо, що у важкій атлетиці змагання можуть носити особистий і командний характер. В зв'язку з цим особливо старанно /ретельно/ підбираються спортсмени для збірної команди. Сюди в першу чергу необхідно включати більш дисциплінованих спортсменів і управляємих в ході змагань атлетів, котрі будуть іти на таку вагу, котру необхідно підняти не в особистих, а в командних інтересах.

Перший підхід повинен виключати можливість отримати нульову оцінку, другий - повинен сприяти успішному "місцю спортсмена, виходячи із командної боротьби, а третій - якщо він не впливає вже на хід командної боротьби, можливо дати з врахуванням особистих бажань спортсмена.

Для більш об'єктивної оцінки готовності спортсмена, старший тренер зобов'язаний вести на зборі підсумковий протокол на всіх спортсменів по параметрам виконаного тренувального навантаження.

8. ОБОВ'ЯЗКИ СТАРШОГО ТРЕНЕРА І НАЧАЛЬНИКА ЗБОРУ.

Старший тренер несе повну відповідальність за всі розділи по організації і проведенню даного учбово-тренувального збору: кожний тиждень збирає тренерську раду, оперативно керує тренувальним процесом. Він повинен бути компетентним в усіх питаннях спортивного тренування, морально устійчивий, розбиратися в політичних питаннях і проводити культурно-масову роботу на зборі. Його слово останнє і рішуче по всіх питаннях що стосується збору і змагань.

З метою раціонального поєднання участі в зборах і навчання /школі, технікумі, інституті та ін./ із тренерського і обслуговуючого персоналу назначається відповідальний • за організацію індивідуального навчання студентів і відвідування учнями відповідних класів і школі.

Під керівництвом старшого тренера працює начальник збору. На ньому лежить обов'язок господарського забезпечення збору. Він контролює прибуттям і відправкою учасників збору.

Контролює і направляє роботу харчоблоку, оформляє посвідчення про відрядження і забезпечує зворотню відправку учасників із збору. Контролює дежурство спортсменів тренерів. Додатково слідкує за виконанням розпорядку дня. В кінці збору приймає участь в складанні звітно-фінансової документації по підсумках збору.

8. ЗВІТ ПРО ПРОВЕДЕННЯ УЧБОВО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗБОРУ.

Вже в ході проведення учбово-тренувального збору готується звітна документація: - через кожних п'ять днів підписується відомість на харчування /по фактичній присутності на зборі/ ст.тренером, або нач.збору/;

- на кожного учасника складається довідка-характеристика де вказуються наступні моменти /див. Додаток/:

- а/ прибуття і відбуття зі збору ;
- б/ підготовленість і загальна до початку і кінця збору;
- в/ спеціально технічна підготовка до початку і в кінці збору;
- г/ наявність і стан особистої документації /індивідуального плану-графіку на рік, щоденника спортивних тренувань, лікарсько-контрольної карти форма №227;
- д/ забезпеченість спортсменів для тренувальних занять на зборі; е/ дисципліна на зборі;
- ж/ рекомендація на подальшу підготовку спортсмена.

Документ підписується старшим тренером збору, начальником збору і відсилається в спортивну організацію по місцю проживання спортсмена.

Потім, на основі особистих характеристик спортсменів, в трьох-денний строк по закінченню збору складаються відомості про проведення збору по наступних розділах /див.додаток/:

- А) склад учасників по кваліфікації, освіті, службовому положенню;
- Б) виконання плану по кількості тренувальних днів, годин, об'єму, інтенсивності, 90% ваги /в тому числі практичних, теоретичних/;
- В) характеристика умов роботи збору /місце занять, розміщення, харчування і т.д./;
- Г) причини зриву учбових занять /якщо є/; д/ у кого з учасників відсутні щоденники і індивідуальні плани; е/ рівень спортивно-технічної і загально-фізичної підготовленості учасників на час прибуття, на збір і по закінченню збору;
- Д) яка культурно-масова і виховна робота проведена на зборі /лекції, доклади, інформація, випуск стінгазети, екскурсії, культпоходи, спортивні і народні ігри, громадсько-корисні трудові процеси/;
- Ж) чи були спортивні травми, захворювання, порушення норм поведінки, розпорядка дня, вказати їх характер, причини, прийняті по них міри і прізвища учасників;
- З) хто і по якій причині не прибув, запізнився на збір, чи вибув зі збору раніше строку.

КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ:

1. Які складові частини перспективного /чотирихлітнього/ плану підготовки спортсменів?
2. Види НТЗ, їх забезпечення. Основні бази підготовки збірних команд України з силових видів спорту.
3. Який принцип відбору, склад учасників і тривалість НТЗ різного спрямування ?
4. Назвіть і охарактеризуйте основні планууючо-звітні документи НТЗ.
5. Організація роботи на зборі.
6. Методика проведення науково-дослідної роботи на НТЗ.
7. За якими принципами проводиться комплектація збірних команд?
8. Які обов'язки старшого тренера і посадових осіб на НТЗ?
9. основні розділи звіту про проведення збору.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. - К.: Олимпийская литература, 2002. - 299с.
2. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература, 1999. - 320 с.
3. Медведев А.С. Система многолетней тренировки в тяжелой атлетике. - М.: ФиС, 1986. с.6-44.
4. Олешко В.Г. Силові види спорту. К. Олімпійська література, 1999. - 287 с.
5. Олешко В.Г. Моделювання процесу підготовки та відбір спортсменів у силових видах спорту. - К.: ДМП „Полімет", 2005. - 254 с.