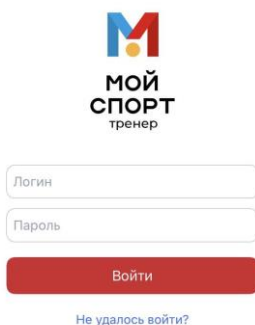


Инструкция по работе с мобильным приложением «Тренер»

Мобильное приложение тренера доступно для скачивания в [App Store](#) (для пользователей IOS) и [Play Market](#) (для пользователей Android).

Вход в приложение тренера осуществляется по логину и паролю, которые выдает сотрудник организации, назначенный администратором системы.



Расписание

В разделе **«Расписание»** отображаются тренировки за выбранную неделю. По умолчанию открыта текущая неделя, а текущая дата всегда выделена красным шрифтом.

В разделе предусмотрена навигация по неделям «вперед-назад», по стрелкам (влево или вправо) можно выбрать прошедшую или следующую неделю.

Страница с расписанием за неделю содержит блоки с тренировками, сгруппированные по дате проведения. В каждом блоке отображается информация о группе, названии тренировки, а также времени и месте её проведения.

В блоке «Расписание» тренер может перейти на страницу тренировки и создать соревнование.



Соревнование

«Новое соревнование» и заполнить поля:

- ввести название соревнования;
- добавить спортсменов, 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;
- добавить результаты соревнований;
- загрузить медиафайл.

9:41

Назад

Соревнование

Новое соревнование

Вы информация по соревнованию будет появляться в ленте у родителей и спортсменов, которые будут добавлены к этому соревнованию

Название соревнования*

Участники*

Добавить спортсменов

Период проведения*

Дополнительная информация

Комментарий для родителей

Вы можете ввести сюда как условия подготовки к соревнованиям, так и промежуточные итоги, и позже отредактировать

Результаты

Вы можете загрузить сюда документы с результатами (протокол соревнования и т.п.)

Медиа

Создать

Для добавления спортсменов необходимо:

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

Two screenshots of the 'Хоккей 2010' application interface.

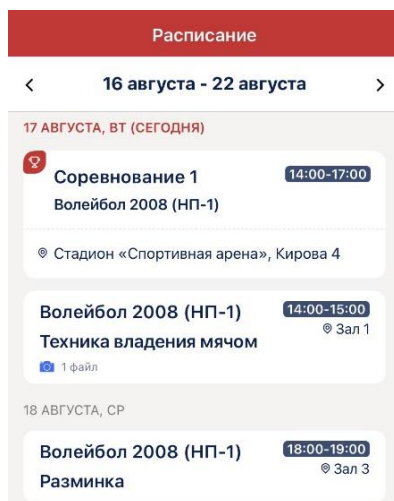
The left screenshot shows the main menu. At the top is a search bar with the placeholder text 'Начните вводить название группы'. Below the search bar is a list of items, each with a right-pointing chevron:

- Хоккей 2010
- Группа 2
- Группа 2
- Группа 2
- Группа 2
- Группа 2
- Группа 2
- Группа 2
- Группа 2
- Группа 2

The right screenshot shows the 'Хоккей 2010' screen. At the top is a navigation bar with a back arrow, the title 'Хоккей 2010', and an 'OK' button. Below the navigation bar is a list of items, each with a radio button on the left:

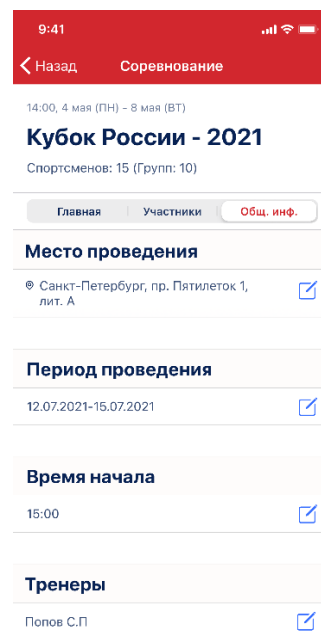
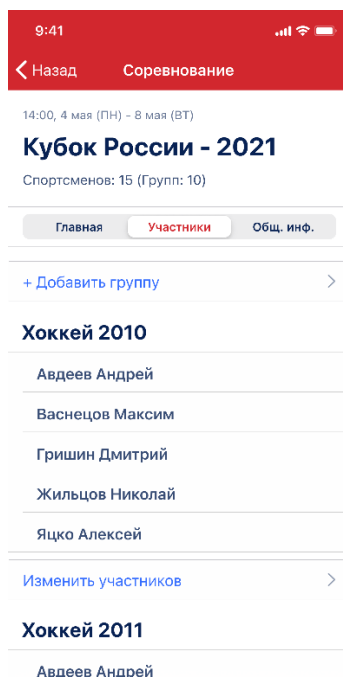
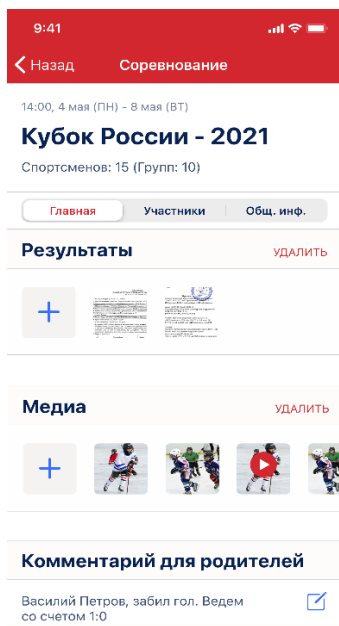
- ☐ Все спортсмены
- ☒ Авдеев Андрей
- ☒ Васнецов Максим
- ☐ Ганин Петр
- ☒ Гришин Дмитрий
- ☐ Данилов Александр
- ☒ Жильцов Николай
- ☐ Харламов Валерий
- ☒ Яцко Алексей
- ☐ Группа 2

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



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

При переходе на страницу соревнования тренер может отредактировать внесенную информацию и загрузить фотографию с результатами соревнований или видеозапись.



Страница тренировки

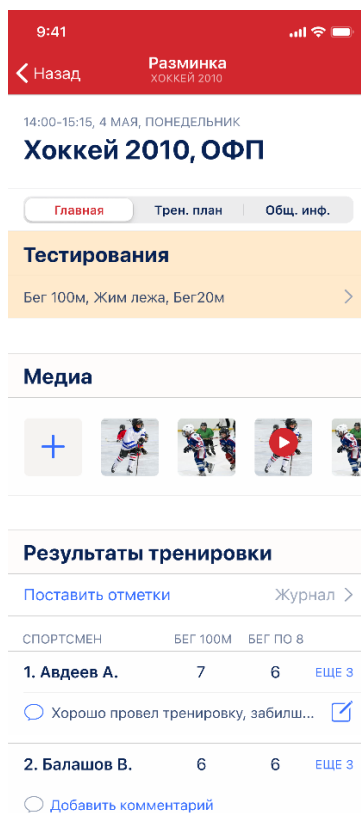
При нажатии на тренировку открывается страница с детальной информацией о ней.

Страница тренировки имеет 3 основных раздела:

- Раздел «Главное».
- Раздел «Тренировочный план».
- Раздел «Общая информация».

В разделе «Главное» можно:

- ознакомиться с подробной информацией о тренировке;
- добавить медиафайлы (фото или видео);
- перейти в журнал по соответствующему виду тренировок;
- ознакомиться со списком спортсменов в данной группе;
- добавить комментарии спортсменам.



При нажатии на «+» в блоке «Медиа» система предложит загрузить файл из галереи или сделать фото/видео в режиме реального времени. Загруженный файл отобразится на странице тренировки.



Внизу страницы отображается список спортсменов группы.

При нажатии на кнопку «Добавить комментарий» у тренера есть возможность добавления комментария спортсмену. Если комментарий был добавлен ранее, то при нажатии на него откроется окно его редактирования.

Хорошо себя проявил |

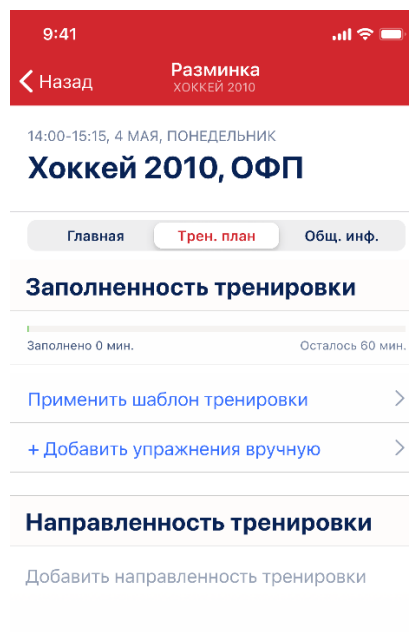


Помимо комментария тренер может поставить индикатор настроения, нажав на подходящую иконку в правом нижнем углу:

-  - спортсмен не оправдал ожидания тренера;
-  - спортсмен выполнял все в рамках ожиданий тренера;
-  - спортсмен превзошел ожидания тренера.

В разделе **«Тренировочный план»** можно:

- добавить упражнения;
- добавить время выполнения упражнения;
- добавить информацию о направленности тренировки.



При создании редактировании упражнения для вида спорта необходимо указать раздел подготовки.

Упражнения

Вид спорта: Плавание

Этап подготовки: Спортивно-оздорови... Раздел подготовки: Все

Аупр2
Упражнение 2

Разминка
Разминка первая

Этап подготовки

☒ Спортивно-оздоровительный

☐ Начальная подготовка

☐ Тренировочный

☐ Совершенствование спортивного мастерства

☐ Высшее спортивное мастерство

Раздел подготовки

☒ Все

☐ Общая физическая подготовка (ОФП)

☐ Специальная физическая подготовка (СФП)

☐ Техническая подготовка (ТехП)

☐ Тактическая подготовка (ТакП)

☐ Теоретическая подготовка (ТеорП)

☐ Психологическая подготовка (ПП)

☐ Участие в спортивных соревнованиях (УСС)

☐ Инструкторская и судейская практика (ИСП)

Примечание: Каждое добавленное упражнение сохраняется в общем списке, все упражнения достаточно завести в систему только один раз.

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

13:00-14:00, 19 ИЮЛЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК

Волейбол 2008 (НП-1), Групп. тактик.

Главная Трен. план Общ. инф.

Заполненность тренировки

Заполнено 0 мин. Осталось 60 мин.

УПРАЖНЕНИЕ	ВРЕМЯ
1. ОФП Общая физическая подготовка	+
4. ТакП Тактическая подготовка	+

[Изменить упражнения](#) >

Направленность тренировки

Добавьте направленность тренировки

13:00-14:00, 19 ИЮЛЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК

Волейбол 2008 (НП-1), Групп. тактик.

Главная Трен. план Общ. инф.

Заполненность тренировки

Заполнено 65 мин. Осталось 0 мин.

УПРАЖНЕНИЕ	ВРЕМЯ
1. ОФП Общая физическая подготовка	20 мин.
4. ТакП Тактическая подготовка	45 мин.

[Изменить упражнения](#) >

Направленность тренировки

Добавьте направленность тренировки

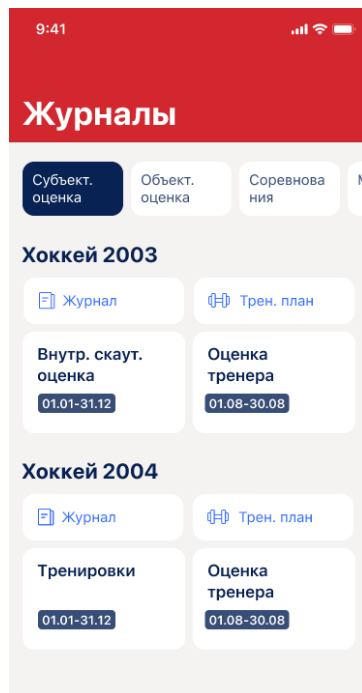
Тренер может указать «Направленность тренировки», заполнив в предназначенном поле.

В разделе «Общая информация» можно:

- ознакомиться с местом проведения тренировки;
- ознакомиться с информацией о тренерах, которые проводят тренировку.

Журналы

Журналы тренировочных занятий в этом разделе сгруппированы по конкретным группам.

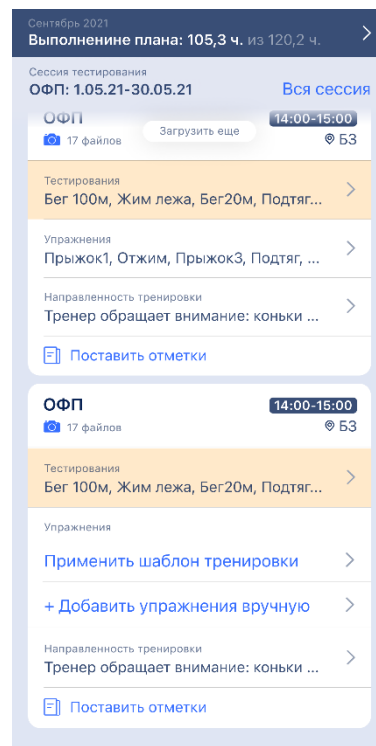
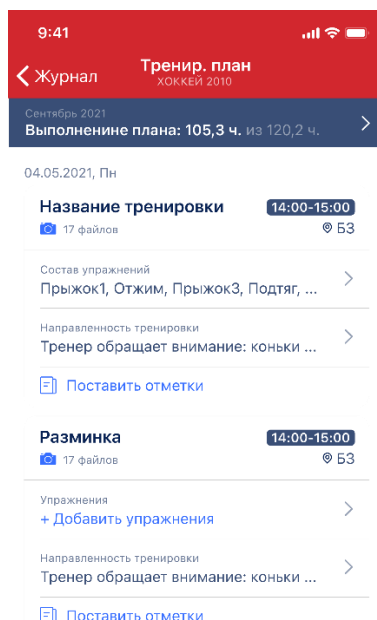


Если тренер провел у группы хотя бы одну тренировку, он будет видеть журнал данной группы в соответствующем разделе.

При нажатии на **«Журнал»** осуществляется переход в журнал группы по выбранному виду тренировок.

В разделе **«Тренировочный план»** реализована возможность:

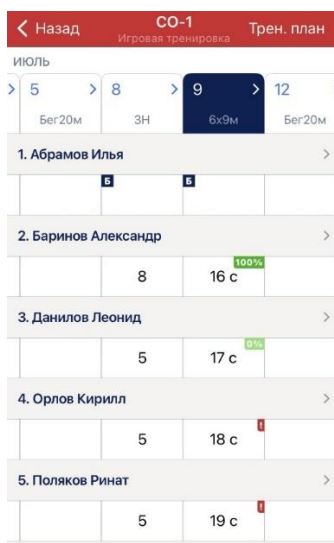
- назначать упражнения на тренировки;
- указывать длительность тренировок для учета часов по разделам подготовки;
- отслеживать выполнение плана спортивной подготовки за месяц.



Примечание: внесенные данные автоматически попадают в печатную версию журнала и служат критерием выполнения ФССП.

Страница журнала тренировочных занятий

При нажатии на дату проведения тренировки отобразится страница с подробной информацией о ней. Тренер может выставить результаты тестирований, проставить отметки об отсутствии, добавить комментарий и индикатор настроения и, при желании, оценить работу спортсмена на тренировке по 10-балльной шкале.



< Назад				СО-1		Трен. план	
Июль							
>	5	>	8	>	9	>	12
Бег 20м		3Н		6х9м		Бег 20м	
1. Абрамов Илья							
		Б					
2. Баринев Александр							
		8		16 с		100%	
3. Данилов Леонид							
		5		17 с		0%	
4. Орлов Кирилл							
		5		18 с		1	
5. Поляков Ринат							
		5		19 с		1	

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

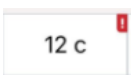
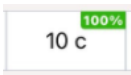
Примечание: Серый цвет ячеек в журнале означает, что спортсмен не имеет членства в группе на момент проведения тренировки.

Перейдя на страницу журнала тренировочного занятия тренеру 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.

Примечание: если тренеру неизвестна причина отсутствия спортсмена на тренировке, он может проставить «Н» до выяснения обстоятельств, а потом вернуться на страницу журнала тренировочного занятия и отредактировать отметку. Если причина отсутствия осталась неизвестной, то в журнале сохраняется обозначение «Н».

При выставлении норматива отображаются следующие индикаторы:

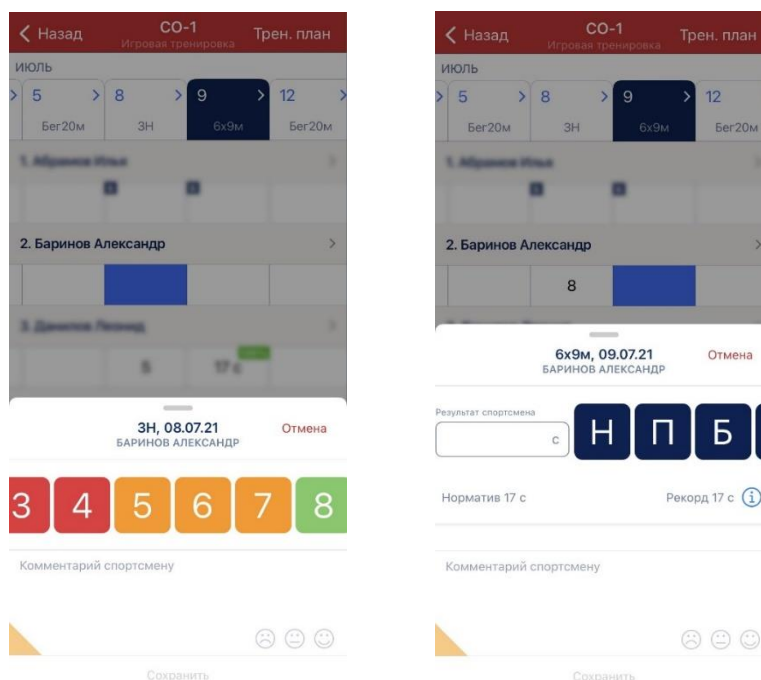
-  - восклицательный знак обозначает, что норматив не сдан;
-  - зеленый индикатор - норматив сдан и указан % от эталона (рекордное значение в группе).

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.

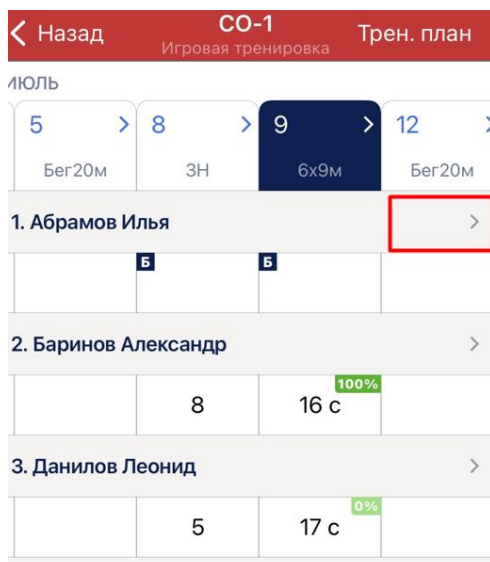
Для удаления результата норматива / оценки / отметки об отсутствии необходимо:

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



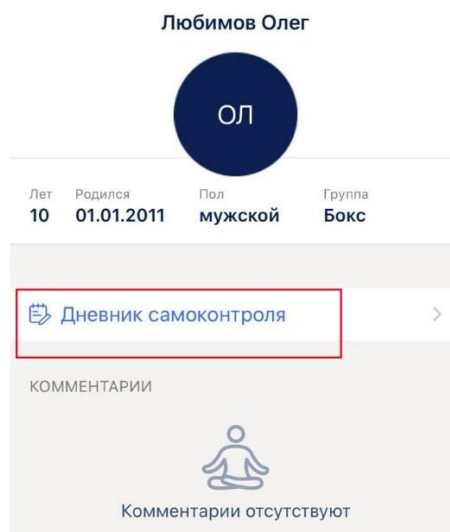
Примечание: если тренер закреплен за группой как основной, но не назначен на тренировку, он не сможет выставить отметки.

На каждой строке есть значок , при нажатии на который осуществляется переход на страницу с информацией о выбранном спортсмене и обо всех комментариях и индикаторах настроения, которые оставил ему тренер(ы).

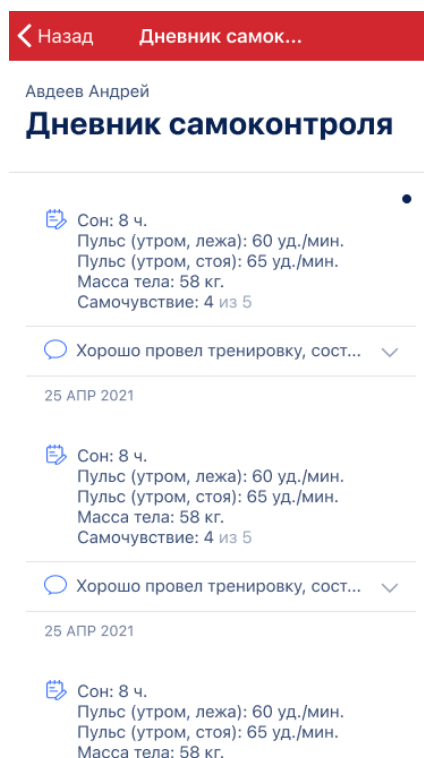


Дневник самоконтроля спортсмена

Доступен при клике на имя спортсмена в журнале.



- Экран отображает дневник самоконтроля конкретного спортсмена и представляет собой набор записей с информацией о состоянии спортсмена за определенную дату. Дневник заполняет сам спортсмен или его родители, после чего запись появляется у тренера в приложении.



- В блок загружаются все записи спортсмена вне зависимости от того, имеется ли у спортсмена несколько активных членств или нет. Записи отдаются только по группам, к которым у текущего тренера есть доступ.
- Все записи сортируются по дате от большей к меньшей.

Профиль

В разделе «Профиль» отображается информация о пользователе.



В верхней части отображается аватар пользователя и его ФИО.

Ниже расположена кнопка **«Выйти из аккаунта»**, при нажатии на которую произойдет выход из учетной записи текущего пользователя приложения, и откроется страница входа в приложение.