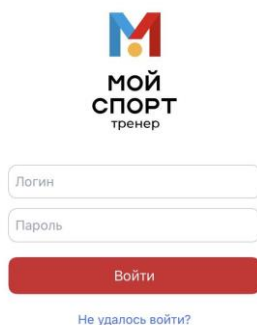


Инструкция по работе с мобильным приложением «Тренер»

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.

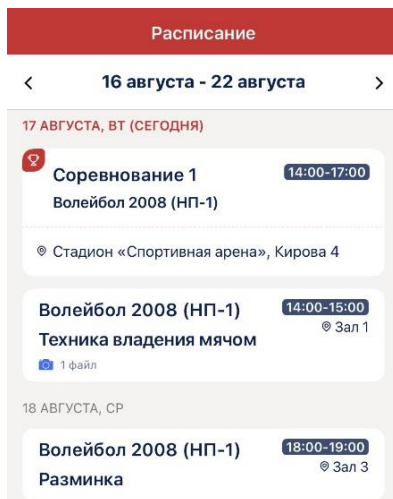
В разделе предусмотрена навигация по неделям «вперед-назад», по стрелкам (влево или вправо) можно выбрать прошедшую или следующую неделю.

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.

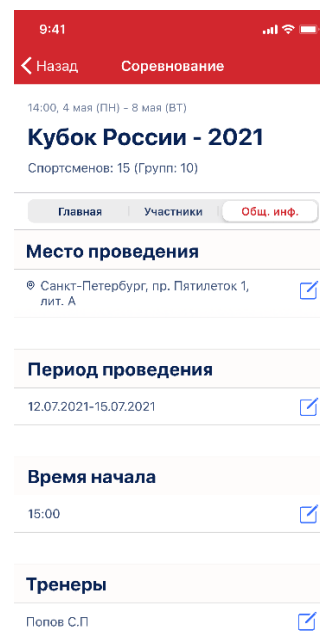
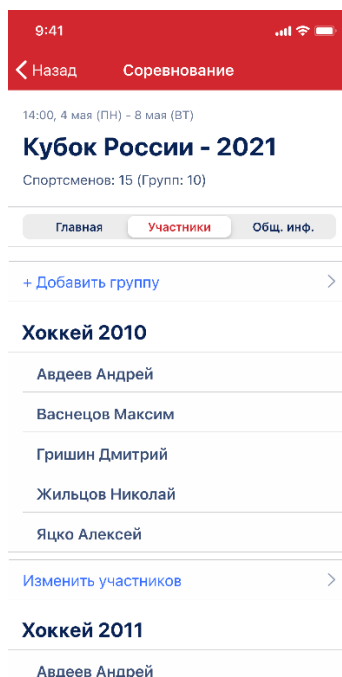
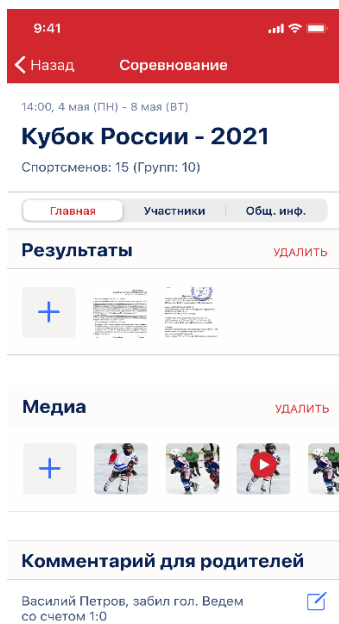


После того, как тренер внес всю информацию, соревнование появится в расписании.



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

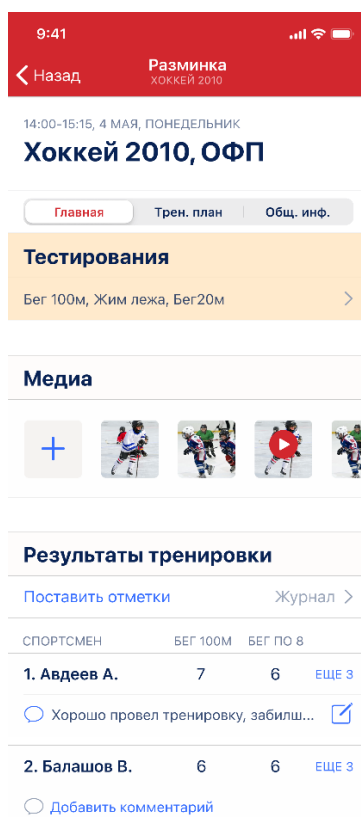
При нажатии на тренировку открывается страница с детальной информацией о ней.

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 |

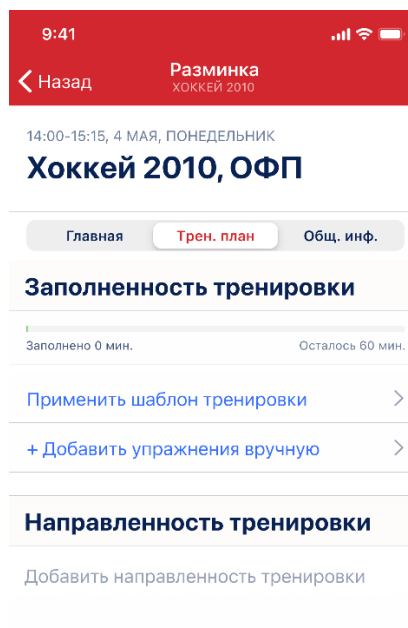


Помимо комментария тренер может поставить индикатор настроения, нажав на подходящую иконку в правом нижнем углу:

-  - 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

Упражнения Вид спорта: Плавание

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

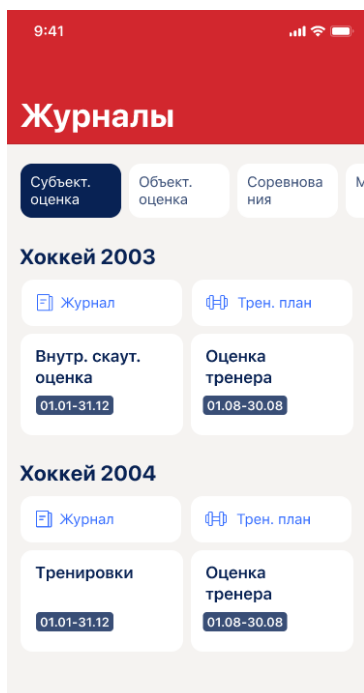
Тренер может указать «Направленность тренировки», заполнив в предназначенном поле.

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.

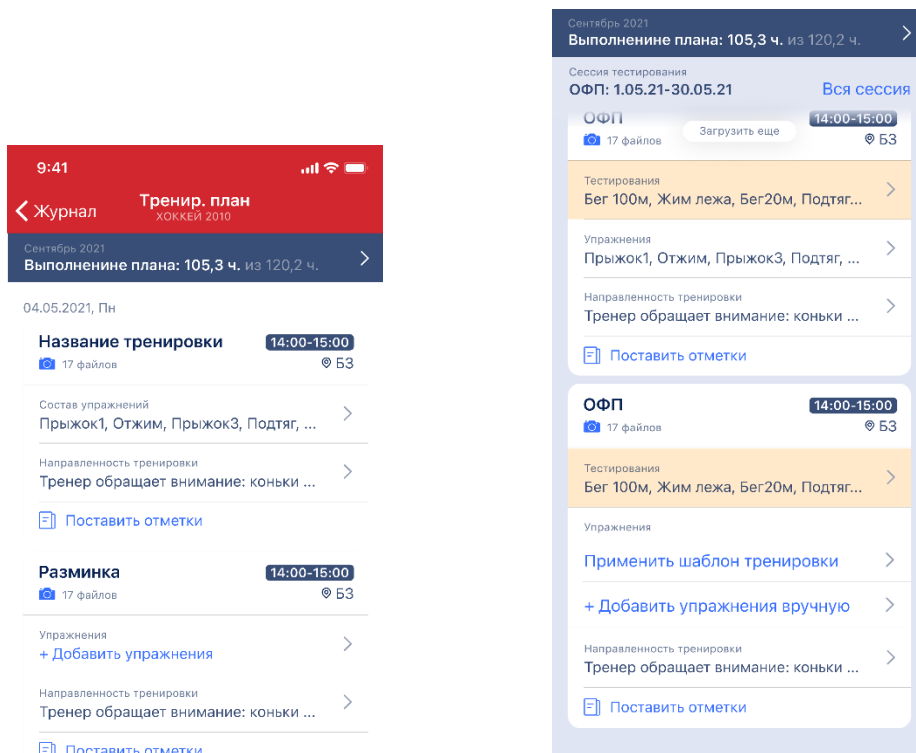


Если тренер провел у группы хотя бы одну тренировку, он будет видеть журнал данной группы в соответствующем разделе.

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.

СО-1 Игровая тренировка Трен. план								
Июль								
>	5	>	8	>	9	>	12	>
	Бег20м		3Н		6х9м		Бег20м	
1. Абрамов Илья								
			Б		Б			
2. Баринов Александр								
			8		16 с		100%	
3. Данилов Леонид								
			5		17 с		0%	
4. Орлов Кирилл								
			5		18 с			
5. Поляков Ринат								
			5		19 с			

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

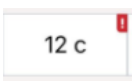
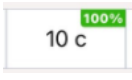
Примечание: Серый цвет ячеек в журнале означает, что спортсмен не имеет членства в группе на момент проведения тренировки.

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:

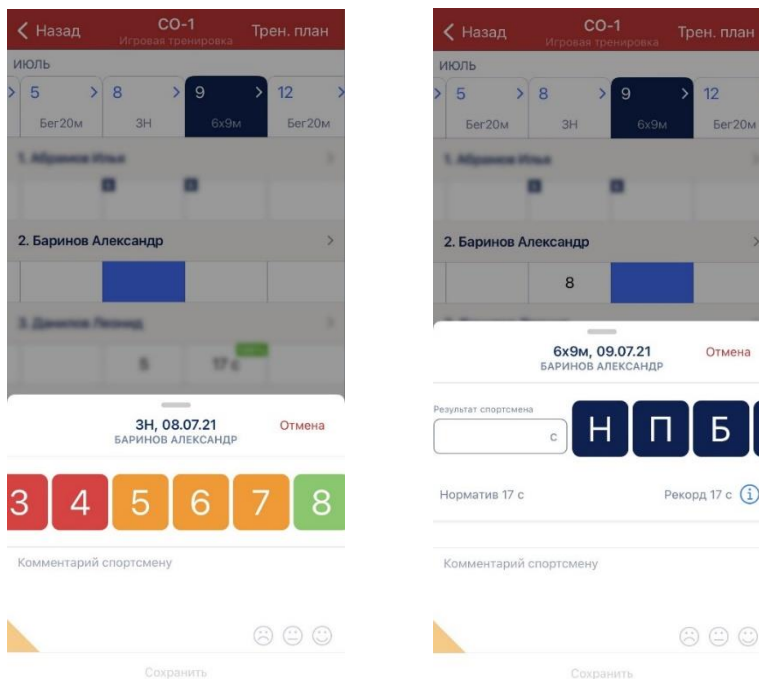
-  - восклицательный знак обозначает, что норматив не сдан;
-  - зеленый индикатор - норматив сдан и указан % от эталона (рекордное значение в группе).

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.

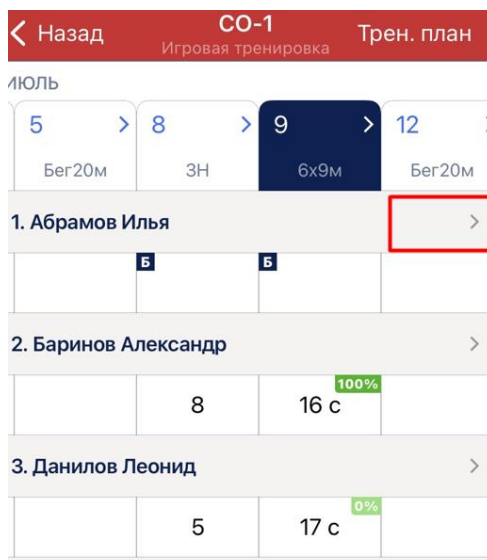
Для удаления результата норматива / оценки / отметки об отсутствии необходимо:

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



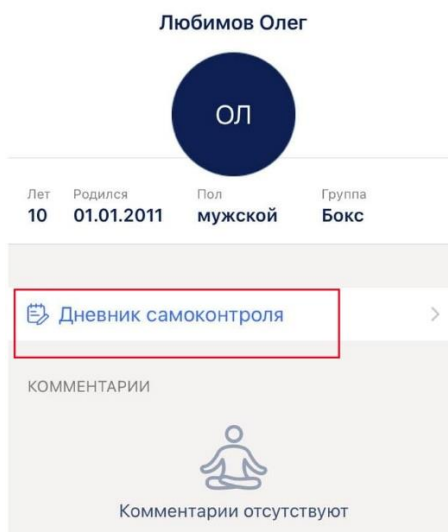
Примечание: если тренер закреплен за группой как основной, но не назначен на тренировку, он не сможет выставить отметки.

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).

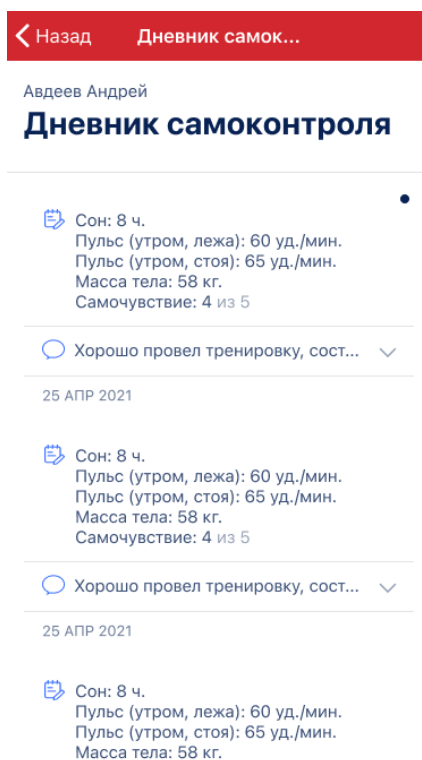


Дневник самоконтроля спортсмена

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.