

Самоанализ профессиональной деятельности
тренера-преподавателя по тяжелой атлетике
Муниципального бюджетного образовательного учреждения
дополнительного образования детей специализированной
детско-юношеской школы олимпийского резерва «ЕРМАК»
муниципальное образование город Сургут
за период с 2010 по 2015гг.

Я, Балуев Алексей Петрович, закончил в 2004 году Сургутский государственный университет по специальности: специалист по физической культуре и спорту.

Общий педагогический стаж 13 лет 4 месяца. Стаж работы в данном учреждении 8 лет 7 месяцев. В данный момент занимаю должность старшего тренера-преподавателя отделения тяжелой атлетики. Имею 1 квалификационную категорию судьи по тяжелой атлетике. Являюсь кандидатом в мастера спорта по тяжелой атлетике и мастером спорта России международного класса по пауэрлифтингу.

В межаттестационный период мной пройдены следующие курсы повышения квалификации:

1. «Совершенствование системы спортивного отбора и оценка и перспективности юного спортсмена» - 2014 год;

2. «Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях» - 2012 год;

3. Прошел интенсивный курс в объеме 16 академических часов по старту бизнеса «Решение – действие – результат!» Получен сертификат участника семинара в 2011 году.

Тренер в спорте — одна из самых уважаемых профессий в мире. Стать тренером не просто, для этого нужно иметь творческое мышление и быть на 100% увлеченным своим делом, чтобы иметь возможность увлечь за собой других. Эта профессия сочетает в себе навыки различных направлений деятельности, таких как педагогика, административная работа, знание основ медицины, стратегический менеджмент и психология.

Безусловно каждый **тренер** — прежде всего педагог и не имеет значения, сколько лет его воспитанникам — 10 или за 30. В процессе работы приходится усердно работать не только над повышением спортивного результата спортсмена, но и формировать личность, понятия об ответственности и дисциплине, спортивном духе и этике, психологическом настрое. Поэтому я как тренер вынужден постоянно повышать свой уровень педагогического мастерства. В целях самосовершенствования, я не только систематически изучаю специальную литературу, изыскиваю современные методики построения тренировочного процесса, обмениваюсь опытом с коллегами, но и посещаю различные конференции:

1. Участник всероссийской научно-практической конференции «Урок физической культуры в 21 веке» - 2014 год;

2. Участник научно – практической конференции «Совершенствование системы физического воспитания, спортивной тренировки, туризма и оздоровления различных категорий населения» - 2014 год.

Цели моей тренерско – преподавательской деятельности тесно связаны с миссией учреждения. Они направлены на максимальное привлечение детей и подростков к систематическим занятиям тяжелой атлетикой и отбор перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов различного уровня.

В процессе занятий, изучаются индивидуальные особенности занимающихся, провожу педагогические и врачебные наблюдения.

Главное внимание обращаю на приспособляемость организма к воздействию упражнений с отягощениями, способность осваивать технику тяжелоатлетических упражнений, развития скоростно-силовых качеств, интерес к занятиям, дисциплинированность, прилежание, настойчивость. Все это дает возможность выявить наиболее способных спортсменов, привлечь их к систематическим занятиям тяжелой атлетикой.

Главными задачами в своей тренерской деятельности считаю:

- укрепление здоровья занимающихся, подготовка всесторонне развитых спортсменов;
- организация систематической, воспитательной работы в духе нравственных принципов современного общества;
- привитие спортсменам дисциплины, трудолюбия, навыков соблюдения спортивной этики;
- подготовка волевых, смелых, обладающих бойцовскими качествами спортсменов высокой квалификации.
- приобщение юных спортсменов к активному участию в пропаганде физической культуры и спорта среди населения.

Основным документом, определяющим направленность и содержание учебно-тренировочной и воспитательной работы с юными спортсменами, является учебная программа по тяжёлым атлетикой разработанная в нашем учреждении.

При планировании тренировочного процесса, помимо общего плана тренировок на год, мною составляется более подробный рабочий план, в котором отражена тренировка на конкретный период времени, например, на месяц и т.д.

На занятиях для юношей и подростков, уделяю большое внимание общему физическому развитию и общей физической подготовке; кроме того, особое место в них занимают игровые упражнения.

В тренировочном занятии велика роль эмоционального фактора. Для создания необходимого эмоционального фона использую элементы соревнований, например: кто лучше выполнит рывок, поднимет штангу на грудь, правильнее толкнет штангу от груди.

Тренер-преподаватель должен развивать у юных спортсменов навыки самостоятельной тренировки. Важно приучить юных спортсменов к самостоятельному ведению дневника тренировок, к анализу выполняемой тренировочной нагрузки. Все это развивает творческую инициативу

и мышление, повышает активность, формирует у юных спортсменов навыки самостоятельной работы.

В нашем учреждении разработана и успешно применяется в тренерской практике программа модульного обучения, которая базируется на деятельностном принципе, я считаю, что учебно – тренировочное содержание осознанно усваивается, когда оно становится предметом активных действий занимающихся, при чем не эпизодических, а систематических. Основой модульной технологии является программное обеспечение, основанное на четкости и логичности действий, ведение регулярной сверки и анализа выполнения индивидуальных планов, сдачи контрольно – переводных нормативов на каждом из этапов обучения, осуществление видео контроля, что дает возможность своевременного исправления ошибок занимающихся.

Многую ведутся педагогические наблюдения и результаты спортсменов, которые заносятся в специальную карточку. Так же, провожу функциональные пробы для определения тренированности и реакции организма на нагрузку. Такие наблюдения и совместная работа с медицинским работником спортивной школы помогают организовать тренировочный процесс на научной основе.

Воспитательная работа тесно взаимосвязана с организацией учебно-тренировочного процесса. Постоянно изучаю своих воспитанников и направляю их действия по верному пути. При этом успех воспитательной работы во многом зависит от личного примера тренера и от взаимодействия с родителями занимающихся. В нашем учреждении разработан план проведения родительских собраний, согласно которого мы совместно со специалистами учебно – спортивного отдела решаем вопросы организации внеурочной деятельности (походы в кино, туристические походы, участие в показательных мероприятиях), вопросы, связанные с организацией летней и осенней оздоровительной кампании, а также привлечения родителей к пропаганде здорового образа жизни. По мере необходимости провожу с родителями индивидуальные беседы и консультации.

За последние пять лет моей работы совместно с остальными участниками образовательного процесса (родителями, методическим составом учреждения и воспитанниками) и я добился определенных успехов, о чем свидетельствуют следующие результаты:

- подготовлено спортсменов разрядников:

Год/разряд	Массовые разряды	1 взрослый	Кандидат в мастера спорта (КМС)
2010			
2011	22	1	-
2012	22	3	1
2013	5	2	2
2014	17	2	1

- ежегодно обучающиеся становятся победителями и призёрами соревнований различного уровня:

Ранг соревнований/год	2010	2011	2012	2013	2014
Окружные (первенство и чемпионат ХМАО –	1 мест – 9 2 мест – 4	1 мест – 4 2 мест – 5	1 мест – 5 2 мест – 9	1 мест – 3 2 мест – 5	1 мест – 7 2 мест – 6

Югры)	3 мест - 5	3 мест - 2	3 мест - 3	3 мест - 6	3 мест - 3
Областные (первенство/чемпионат Тюменской области)	1 мест – 3	-	1 мест – 1	1 мест – 1	1 мест – 1
	3 мест - 3		2 мест – 1	2 мест – 3	2 мест – 1
Всероссийские соревнования:					
Всероссийские турниры	1 мест – 3	1 мест – 1	1 мест – 2	-	3 мест - 1
	2 мест - 1	2 мест - 2	3 мест - 2		
Первенство/чемпионат Уральского Федерального округа	-	-	-	1 мест – 1	-

В 2014 году в рамках Приоритетного национального проекта «Образование» один из моих воспитанников получает стипендию за высокие спортивные результаты.

Динамика освоения учебной программы обучающимися за последние пять лет составляет более 95%.

Согласно перспективного плана учреждения провожу открытые тренировочные занятия как для своих коллег, так и для родителей.

Являюсь финалистом конкурса «Лучший тренер-преподаватель детско – юношеских спортивных школ 2010 года» в рамках года учителя.

Участие в данном конкурсе дало мне возможность поделиться своим педагогическим опытом. В рамках конкурса, мною был представлен доклад на тему: «Влияние классической музыки на эмоциональное состояние юного спортсмена во время учебно-тренировочного занятия». Наибольшим количеством баллов экспертная комиссия оценила и проведение открытого урока.

Помимо тренировочного процесса мои воспитанники активно вовлечены во внеурочную деятельность. Это показательные выступления на различных общешкольных и городских мероприятиях, таких как: «День открытых дверей»; ежегодные туристические слеты; показательные выступления в честь празднования 1 Мая, Дня Победы в ВОВ и т.д.