|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Полное наименование организации  **ДОЛЖНОСТНАЯ ИНСТРУКЦИЯ**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  г. Новосибирск |  | УТВЕРЖДАЮ | | |
| Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г. | | |
|  |  |
| **СПОРТСМЕНА-ИНСТРУКТОРА** |  | | |
|  | | | | |

1. **Общие положения**

1.1. Должностная инструкция разработана на основе профессионального стандарта «Спортсмен», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.04.2014 № 186н.

1.2. СПОРТСМЕН-ИНСТРУКТОР, осуществляющий деятельность по подготовке к соревнованиям и участию в соревнованиях, по содействию тренеру (тренерам) в проведении тренировочного процесса спортсменов, относится к категории специалистов, принимается на работу и увольняется с нее приказом директора учреждения.

1.3. В своей деятельности СПОРТСМЕН-ИНСТРУКТОР руководствуется действующими нормативными документами по вопросам выполняемой работы;

уставом организации, Правилами внутреннего трудового распорядка и локальными нормативными актами учреждения;

трудовым договором и настоящей должностной инструкцией.

1.4. СПОРТСМЕН-ИНСТРУКТОР непосредственно подчиняется тренеру (тренерам) или непосредственному руководителю.

**2. Квалификационные требования к работнику**

2.1. На должность СПОРТСМЕНА-ИНСТРУКТОРА, назначается лицо, имеющее: среднее общее образование.

Подготовка по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта и (или) программам спортивной подготовки.

2.2. Требования к опыту практической работы: опыт выступлений на общероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

2.3. Работник должен знать:

Правила внутреннего трудового распорядка;

правила и нормы охраны труда, техники безопасности и противопожарной защиты;

информацию, необходимую для выполнения своих должностных обязанностей.

**3. Особые условия допуска к работе**

Допуск к занятиям спортом и спортивным соревнованиям, полученный в порядке, утвержденном законодательством Российской Федерации.

1. **Должностные обязанности,**

**а также необходимые знания и умения для их выполнения**

*В обязанности работника входит:*

**4.1. Контроль уровня спортивной подготовленности (самостоятельно или под руководством тренера):**

|  |
| --- |
| * Подбор самостоятельно или при участии тренера комплекса контрольных упражнений и тестирования для оценки общей, специальной, технико-тактической, психологической подготовленности |
| * Выполнение самостоятельно или под руководством тренера комплекса контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической подготовленности |
| * Выполнение самостоятельно или под руководством тренера комплекса контрольных упражнений для оценки технико-тактической подготовленности |
| * Выполнение самостоятельно или под руководством тренера комплекса контрольных упражнений (тестирования) для оценки психологической подготовленности |
| * Оценка самостоятельно или под руководством тренера уровня общей, специальной физической, тактико-технической и психологической подготовленности |
| * Самостоятельно или под руководством тренера подбор методики совершенствования уровня общей, специальной физической, тактико-технической и психологической подготовленности |
| * Самостоятельно или под руководством тренера проведение учета состояния показателей различных сторон собственной спортивной подготовленности |

***Необходимые умения:***

|  |
| --- |
| * Анализировать показатели различных сторон собственной спортивной подготовленности |
| * Контролировать собственное физическое и психическое состояние |
| * Владеть навыками выполнения контрольных упражнений и тестирования по определению уровня общей, специальной физической, тактико-технической и психологической подготовленности |
| * Владеть навыками диагностики различных сторон подготовленности |
| * Владеть навыками прогнозирования состояния показателей различных сторон подготовленности |
| * Применять методики совершенствования уровня общей, специальной физической, тактико-технической и психологической подготовленности |
| * Обладать навыками ведения учета показателей различных сторон собственной спортивной подготовленности |
| * Соблюдать антидопинговые правила |

***Необходимые знания:***

|  |
| --- |
| * Теоретические основы физкультурно-спортивной деятельности |
| * Порядок выполнения комплекса контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической подготовленности |
| * Порядок выполнения комплекса контрольных упражнений для оценки технико-тактической подготовленности |
| * Порядок проведения тестирования для оценки психологической подготовленности |
| * Нормативы по видам спортивной подготовки и их показатели на этапах спортивной подготовки |
| * Методики совершенствования уровня общей, специальной физической, тактико-технической и психологической подготовленности |
| * Порядок проведения допинг-контроля и антидопинговые правила |
| * Санитарно-гигиенические правила |
| * Международные стандарты ВАДА |
| * Правила охраны труда и пожарной безопасности |

***Другие характеристики:***

* Необходимые нормы спортивной подготовки: выполнение спортивных разрядов и званий согласно требованиям Единой всероссийской спортивной классификации.

**2.2. Выполнение индивидуального плана спортивной подготовки самостоятельно или под руководством тренера:**

|  |
| --- |
| * Прохождение обязательного предварительного медицинского осмотра (обследование) самостоятельно или под руководством тренера |
| * Получение допуска к занятиям спортом самостоятельно или под руководством тренера |
| * Прохождение самостоятельно или под руководством тренера тестирования в рамках допинг-контроля во внесоревновательный период |
| * Выполнение рекомендаций тренера или других специалистов по недопущению использования запрещенных веществ и (или) методов |
| * Составление самостоятельно или под руководством тренера индивидуального плана спортивной подготовки и планирование процесса подготовки к соревнованиям |
| * Освоение самостоятельно или под руководством тренера программы спортивной подготовки по выбранному виду или видам спорта (спортивным дисциплинам) в объеме, установленном организацией, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки |
| * Самостоятельно или под руководством тренера ведение учета самочувствия для корректировки индивидуального плана индивидуальной спортивной подготовки |
| * Самостоятельно или под руководством тренера ведение учета выполнения заданий, предусмотренных планом индивидуальной спортивной подготовки * Выполнение требований режима тренировочной работы, установленных тренером и работодателем |
| * Поддержание под руководством тренера необходимого уровня общей физической и специальной подготовки, обеспечивающего выполнение плана спортивной подготовки |
| * Изучение передового российского и зарубежного опыта подготовки к соревнованиям самостоятельно или под руководством тренера |

***Необходимые умения:***

|  |
| --- |
| * Анализировать показатели различных сторон собственной спортивной подготовленности |
| * Контролировать собственное физическое и психическое состояние |
| * Разрабатывать индивидуальный план спортивной подготовки |
| * Проводить корректировку индивидуального плана спортивной подготовки |
| * Выполнять тренировочные задания по индивидуальному плану спортивной подготовки |
| * Проводить анализ передового российского и зарубежного опыта подготовки к соревнованиям |
| * Соблюдать режим тренировочной работы, установленный работодателем |
| * Соблюдать антидопинговые правила |
| * Соблюдать правила проведения допинг-контроля |
| * Обладать навыками ведения учета и контроля показателей выполнения индивидуального плана спортивной подготовки |

***Необходимые знания:***

|  |
| --- |
| * Теоретические основы физкультурно-спортивной деятельности |
| * Частные и общие методики проведения тренировочного процесса |
| * Российский и зарубежный опыт подготовки к соревнованиям |
| * Способы оказания доврачебной медицинской помощи |
| * Санитарно-гигиенические правила |
| * Нормативы по видам спортивной подготовки и их показатели на этапах спортивной подготовки |
| * Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки |
| * Приемы и методы восстановления после физических нагрузок |
| * Порядок проведения допинг-контроля и антидопинговые правила |
| * Этические нормы в области спорта |
| * Правила охраны труда и пожарной безопасности |

***Другие характеристики:***

* Необходимые нормы спортивной подготовки: выполнение спортивных разрядов и званий согласно требованиям Единой всероссийской спортивной классификации.

**2.3. Выступление на спортивных соревнованиях самостоятельно или под руководством тренера:**

|  |
| --- |
| * Прохождение под руководством тренера или самостоятельно предварительного соревновательного отбора |
| * Получение самостоятельно или под руководством тренера соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях |
| * Участие самостоятельно или под руководством тренера в спортивных соревнованиях в соответствии с планом спортивных мероприятий, положением о спортивных соревнованиях, разработанным работодателем (спортивной организацией), с учетом уровня спортивного мастерства |
| * Выступление самостоятельно или под руководством тренера на спортивных соревнованиях в соответствии с индивидуальным календарным планом спортивных соревнований по виду спорта и демонстрация стабильно высоких спортивных результатов на официальных спортивных соревнованиях * Соблюдение режима спортивных соревнований, установленного работодателем или его представителями |
| * Прохождение самостоятельно или под руководством тренера тестирования в рамках допинг-контроля в соревновательный период |
| * Выполнение рекомендаций тренера или других специалистов по недопущению использования запрещенных веществ и (или) методов |
| * Проведение пропаганды отказа от использования допинга в спорте среди спортсменов |

***Необходимые умения:***

|  |
| --- |
| * Анализировать показатели различных сторон собственной спортивной подготовленности |
| * Изучать официальные документы (в части, непосредственно связанной с трудовой деятельностью спортсмена-инструктора) |
| * Контролировать собственное физическое и психическое состояние |
| * Выполнять тренировочные задания по индивидуальному плану |
| * Соблюдать правила проведения спортивных соревнований |
| * Оказывать доврачебную медицинскую помощь |
| * Соблюдать антидопинговые правила |
| * Соблюдать правила проведения допинг-контроля |
| * Проводить анализ индивидуальной фармакологической карты средств и методов, применяемых спортсменом во время подготовки и участия в соревнованиях в период годичного цикла |

***Необходимые знания:***

|  |
| --- |
| * Теоретические основы физкультурно-спортивной деятельности |
| * Правила спортивных соревнований, в том числе специализированных по виду спорта |
| * Условия договоров работодателя со спонсорами (партнерами), с рекламодателями, организаторами спортивных мероприятий и общероссийскими спортивными федерациями в части, непосредственно связанной с трудовой деятельностью спортсмена-инструктора |
| * План прохождения медицинского контроля |
| * Порядок проведения врачебного контроля |
| * Способы оказания доврачебной медицинской помощи |
| * Санитарно-гигиенические правила |
| * Нормативы максимального объема соревновательной нагрузки в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки |
| * Приемы и методы восстановления после физических нагрузок |
| * Порядок проведения допинг-контроля и антидопинговые правила |
| * Перечень веществ и (или) методов, запрещенных для использования в спорте |
| * Состав и особенности допинг-лекарственных препаратов и методов, применяемых спортсменами для искусственного, принудительного повышения работоспособности в период тренировочного процесса и соревновательной деятельности |
| * Международные стандарты ВАДА |
| * Этические нормы в области спорта |

***Другие характеристики:***

* Необходимые нормы спортивной подготовки: выполнение спортивных разрядов и званий согласно требованиям Единой всероссийской спортивной классификации.

**2.4. Проведение восстановительных мероприятий после интенсивных физических нагрузок, заболеваний и травм (самостоятельно или под руководством тренера):**

|  |
| --- |
| * Составление самостоятельно или под руководством тренера индивидуальной программы восстановительных мероприятий после интенсивных физических нагрузок с участием врача команды, врача – клинического фармаколога, биомеханика, врача-физиотерапевта, массажиста, врача-диетолога, врача-рефлексотерапевта, медицинского психолога, специалиста по медицинским профилям в соответствии с медицинскими показаниями |
| * Ознакомление с индивидуальной программой восстановительных мероприятий после интенсивных физических нагрузок, составленной тренером, врачом команды, врачом – клиническим фармакологом, биомехаником, врачом-физиотерапевтом, массажистом, врачом-диетологом, врачом-рефлексотерапевтом, медицинским психологом, специалистом по медицинским профилям в соответствии с медицинскими показаниями |
| * Выполнение самостоятельно или под руководством тренера восстановительных мероприятий индивидуальной программы для поддержания и повышения функционального состояния и спортивной формы в соответствии с циклом тренировочного процесса и на соревнованиях различного уровня согласно календарному плану их проведения |
| * Проведение самостоятельно или под руководством тренера учета прохождения программы восстановительных мероприятий для периодического контроля результатов применения индивидуальной программы восстановительных мероприятий |

***Необходимые умения:***

|  |
| --- |
| * Анализировать показатели различных сторон собственной спортивной подготовленности |
| * Контролировать собственное физическое и психическое состояние |
| * Проводить корректировку индивидуального плана тренировочных заданий |
| * Оказывать доврачебную медицинскую помощь |
| * Соблюдать правила проведения тренировочного процесса |
| * Соблюдать антидопинговые правила |
| * Обладать навыками ведения учета и контроля показателей выполнения индивидуальной программы восстановительных мероприятий |

***Необходимые знания:***

|  |
| --- |
| * Теоретические основы физкультурно-спортивной деятельности |
| * Правила спортивных соревнований, в том числе специализированных по виду спорта |
| * Способы оказания доврачебной медицинской помощи |
| * Санитарно-гигиенические правила |
| * Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки |
| * Приемы и методы восстановления после физических нагрузок |
| * Порядок проведения допинг-контроля и антидопинговые правила |
| * Правила охраны труда и пожарной безопасности |

***Другие характеристики:***

* Необходимые нормы спортивной подготовки: выполнение спортивных разрядов и званий согласно требованиям Единой всероссийской спортивной классификации.

**2.5. Выполнение заданий и поручений тренера (тренеров) в рамках проведения тренировочного процесса спортсменов:**

|  |
| --- |
| * Проведение комплекса тренировочных занятий со спортсменами под руководством тренера |
| * Консультирование начинающих спортсменов, обмен опытом и предоставление практической помощи |
| * Пропаганда физической культуры и спорта среди спортсменов |
| * Антидопинговая пропаганда |
| * Аттестация и инструктаж спортсменов под руководством тренера |
| * Контроль и учет выполнения тренировочных заданий спортсменами под руководством тренера |

***Необходимые умения:***

|  |
| --- |
| * Контролировать собственное физическое и психическое состояние |
| * Контролировать физическое и психическое состояние спортсменов, участвующих в тренировках |
| * Проводить аттестацию и инструктаж спортсменов |
| * Соблюдать антидопинговые правила |
| * Оказывать доврачебную медицинскую помощь |
| * Обладать навыками планирования тренировочного процесса |
| * Вести учет выполнения заданий, установленных планом подготовки |
| * Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи |

***Необходимые знания:***

|  |
| --- |
| * Теоретические основы физкультурно-спортивной деятельности |
| * Частные и общие методики проведения тренировочного процесса |
| * Правила спортивных соревнований, в том числе специализированных по виду спорта |
| * Способы оказания доврачебной медицинской помощи |
| * Перечень веществ и (или) методов, запрещенных для использования в спорте |
| * Нормативы максимального объема соревновательной нагрузки в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки |
| * Порядок составления и ведения учетно-отчетной документации |
| * Основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами |
| * Приемы и методы восстановления после физических нагрузок |
| * Порядок проведения допинг-контроля и антидопинговые правила |
| * Международные стандарты ВАДА |
| * Этические нормы в области спорта |
| * Правила охраны труда и пожарной безопасности |

**5. Права**

***Работник вправе:***

 5.1. Знакомиться с проектными решениями руководства, касающимися его деятельности.

  5.2. Вносить предложения по совершенствованию работы, связанной с предусмотренными настоящей инструкцией обязанностями.

 5.3. В пределах своей компетенции сообщать непосредственному руководителю о недостатках, выявленных в процессе исполнения должностных обязанностей, и вносить предложения по их устранению.

  5.4. Требовать от руководства оказания содействия в исполнении своих должностных обязанностей и прав.

  5.5. Запрашивать лично или через непосредственного руководителя информацию и документы, необходимые для выполнения своих должностных обязанностей.

**6. Ответственность**

***Работник несет ответственность:***

6.1. За ненадлежащее исполнение или неисполнение своих должностных обязанностей, предусмотренных настоящей должностной инструкцией, – в пределах, определенных действующим трудовым законодательством Российской Федерации, и заключенным трудовым договором.

6.2. За нарушения, совершенные в процессе осуществления своей деятельности, – в пределах, определенных действующим административным, уголовным и гражданским законодательством Российской Федерации, и заключенным трудовым договором.

  6.3. За причинение материального ущерба – в пределах, определенных действующим трудовым и гражданским законодательством Российской Федерации, и заключенным трудовым договором.

С должностной инструкцией ознакомлен, 1 экземпляр на руки получил: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(инициалы, фамилия)

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(подпись)