ОТЧЕТ за 2011 год и ПЛАН на 2012 год

Тренера \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

по итогам выступлений спортсмена \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Показатели | 2011 | | 2012 | |
| зима | лето | зима | лето |
| **1** | **Результат** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **2** | **Количество тренировок** |  |  |  |  |
| 2.1 | Основных |  |  |  |  |
| 2.2 | Дополнительных |  |  |  |  |
| 3 | **Занятое место** |  |  |  |  |
| 3.1 | Чемпионат края |  |  |  |  |
| 3.2 | Чемпионат округа (Первенство) |  |  |  |  |
| 3.3 | Первенство России |  |  |  |  |
| 3.4 | Чемпионат России |  |  |  |  |
| 3.5 | Международные соревнования |  |  |  |  |
| **4** | **Учебно-тренировочные сборы (сроки, место проведения)** |  |  |  |  |
| 4.1 |  |  |  |  |  |
| 4.2 |  |  |  |  |  |
| 4.3 |  |  |  |  |  |
| **5** | **Результаты ОФП** |  |  |  |  |
| 5.1 | 60 м. (100м) |  |  |  |  |
| 5.2 | Длина с места |  |  |  |  |
| 5.3 | Десятикратный прыжок |  |  |  |  |
| **6** | **СФП (промежуточные результаты)** |  |  |  |  |
| 6.1 |  |  |  |  |  |
| 6.2 |  |  |  |  |  |
| 6.3 |  |  |  |  |  |
| **7** | **Состояние здоровья** |  |  |  |  |
| 7.1 | ЖЭЛ |  |  |  |  |
| 7.2 | РОЭ |  |  |  |  |
| 7.3 | Гемоглобин |  |  |  |  |
| 7.4 | PWC 170 |  |  |  |  |
| 7.5 | МПК |  |  |  |  |
| **8** | **Результат УМО** |  |  |  |  |

Тренер: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Спортсмен: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ст.тренер по виду \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Гл. тренер сборной края \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_