ID Talent ID

Ուղեցույց մարզիչների համար

Մարզչի ամենօրյա աշխատանքը Talent ID-ում՝ սքրինշոթներով և բացատրություններով՝ մարզումներ, թեստեր հեռախոսից, խաղացողներ, մեթոդիկա և կազմակերպում։ Կրկնեք քայլերը ցուցադրական ակադեմիայում՝ «Հյուսիսային կամուրջ» ֆուտբոլի ակադեմիա (Երևան)՝ am.coach@demo.talentid, գաղտնաբառ՝ demo1234։

1. Սկիզբ
2. Ամենօրյա աշխատանք
3. Խաղացողներ՝ առողջություն և զարգացում
4. Մեթոդիկա
5. Կազմակերպում և ակադեմիա

Ուղեցույց ակադեմիայի կամ դպրոցի մարզչի համար՝ ինչ անել ամեն օր, ինչպես անցկացնել թեստային օր և ինչպես կարդալ հասունացման տվյալները։ Սքրինշոթները՝ am.coach@demo.talentid ցուցադրական կաբինետից (գաղտնաբառ՝ demo1234), «Հյուսիսային կամուրջ» ֆուտբոլի ակադեմիա (Երևան)։

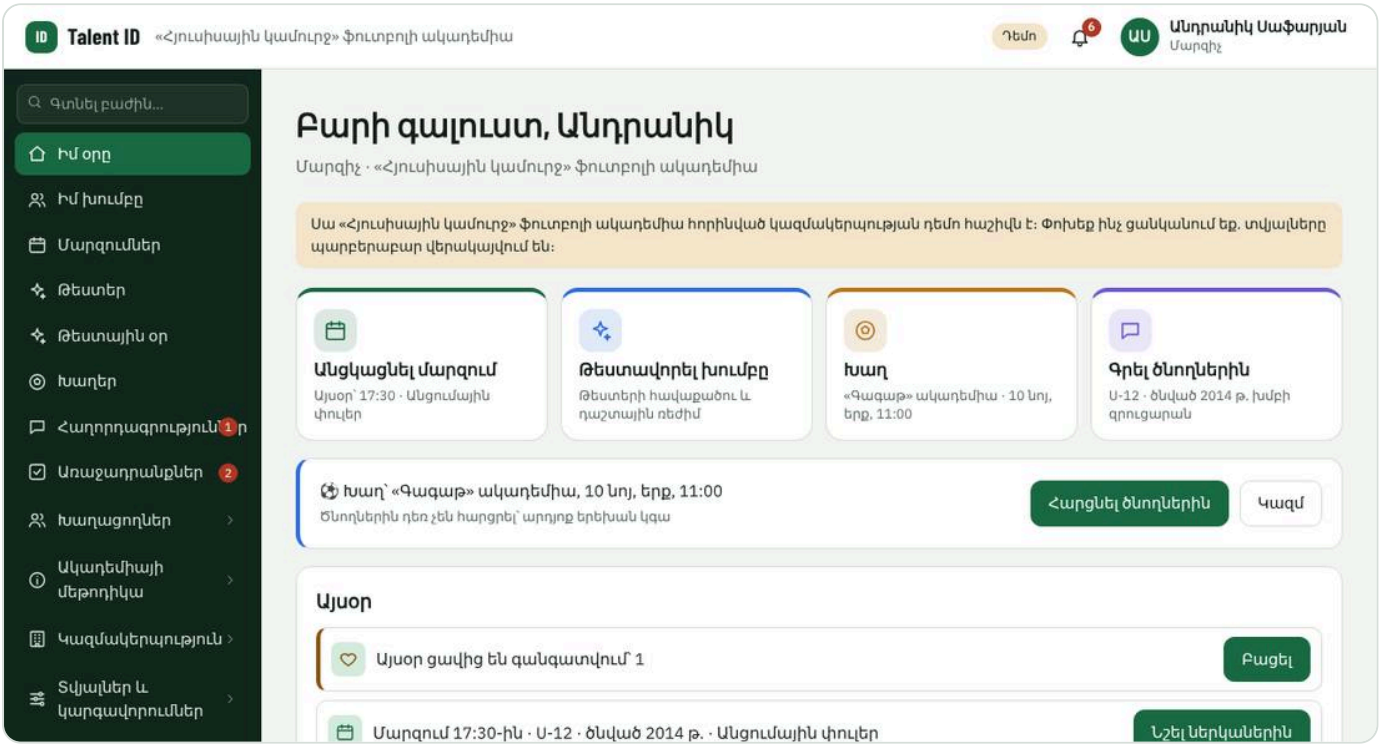
1. Սկիզբ

1.1. Ինչպես միանալ ակադեմիային

1. Ակադեմիայի ղեկավարը Ձեզ ուղարկում է հրավեր կամ հրավերի կոդ։
2. Գրանցվեք talent-id.org/am կայքում կամ մուտք գործեք և մուտքագրեք կոդը. Դուք անմիջապես կհայտնվեք Ձեր խմբում։
3. Ավելացրեք կայքը հեռախոսի գլխավոր էկրանին. դաշտում հենց դրանով եք աշխատելու։

1.2. «Իմ օրը»

Մարզչի գլխավոր էջը հավաքում է այսօրվա ամեն ինչը։



Իմ օրը

- **Չորս արագ գործողություն՝** «Անցկացնել մարզում», «Թեստավորել խումբը», «Խաղ», «Գրել ծնողներին»։
- **Մոտակա խաղը՝** «Հարցնել ծնողներին» կոճակը խմբի բոլոր ծնողներին հարց է ուղարկում, թե արդյոք երեխան կգա. «Կազմ»՝ հայտ խաղի համար։
- **«Այսօր»՝** ով է ցավից գանգատվում, մարզումը «Նշել ներկաներին» կոճակով, Ձեր առաջադրանքները և նոր հաղորդագրությունները։

1.3. Հեռախոսում

Հեռախոսում ներքևում վահանակ կա՝ «Գլխավոր», «Մարզումներ», «Թեստ-օր», «Իմ խումբը» և «Ավելին»՝ դաշտում անհրաժեշտ ամեն ինչը մեկ հպումով։ Մնացած բաժինները՝ վերևի «≡»

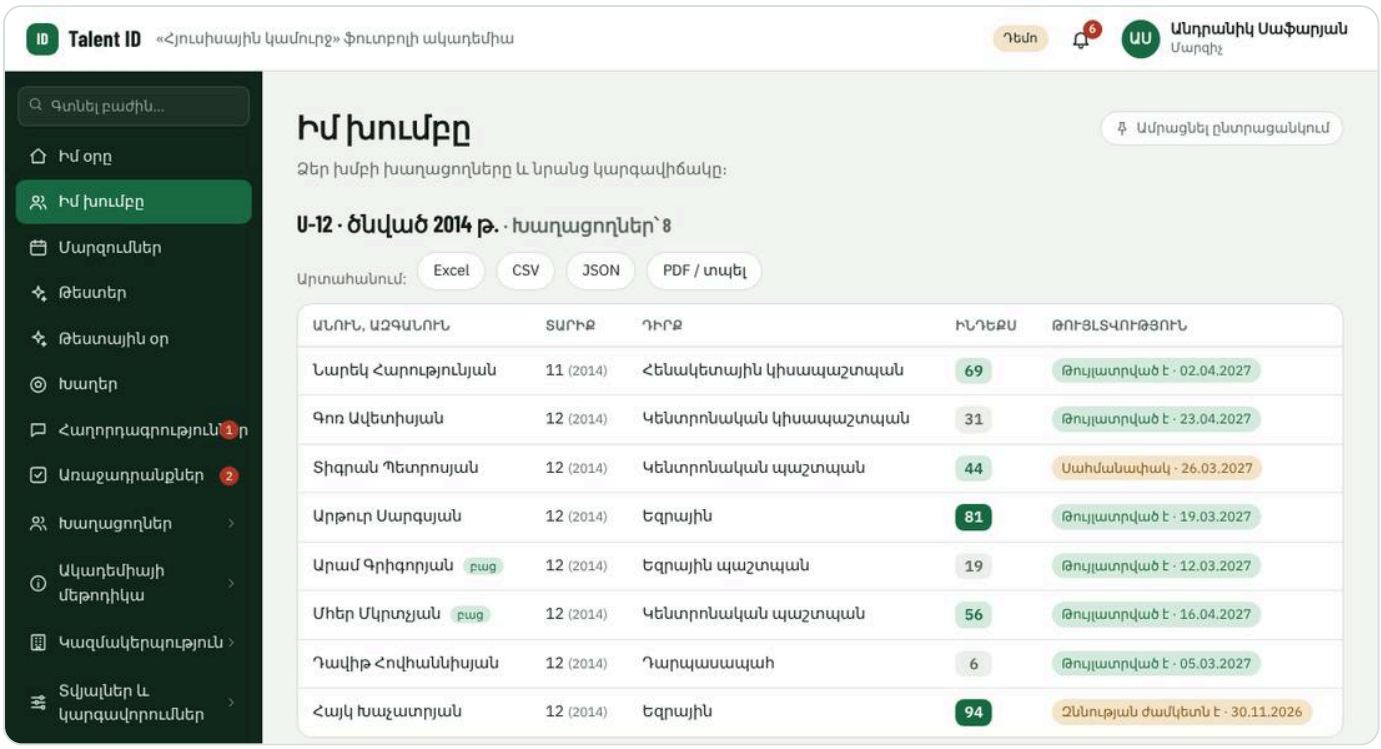
ընտրացանկում։



Իմ օրը հեռախոսում

2. Ամենօրյա աշխատանք

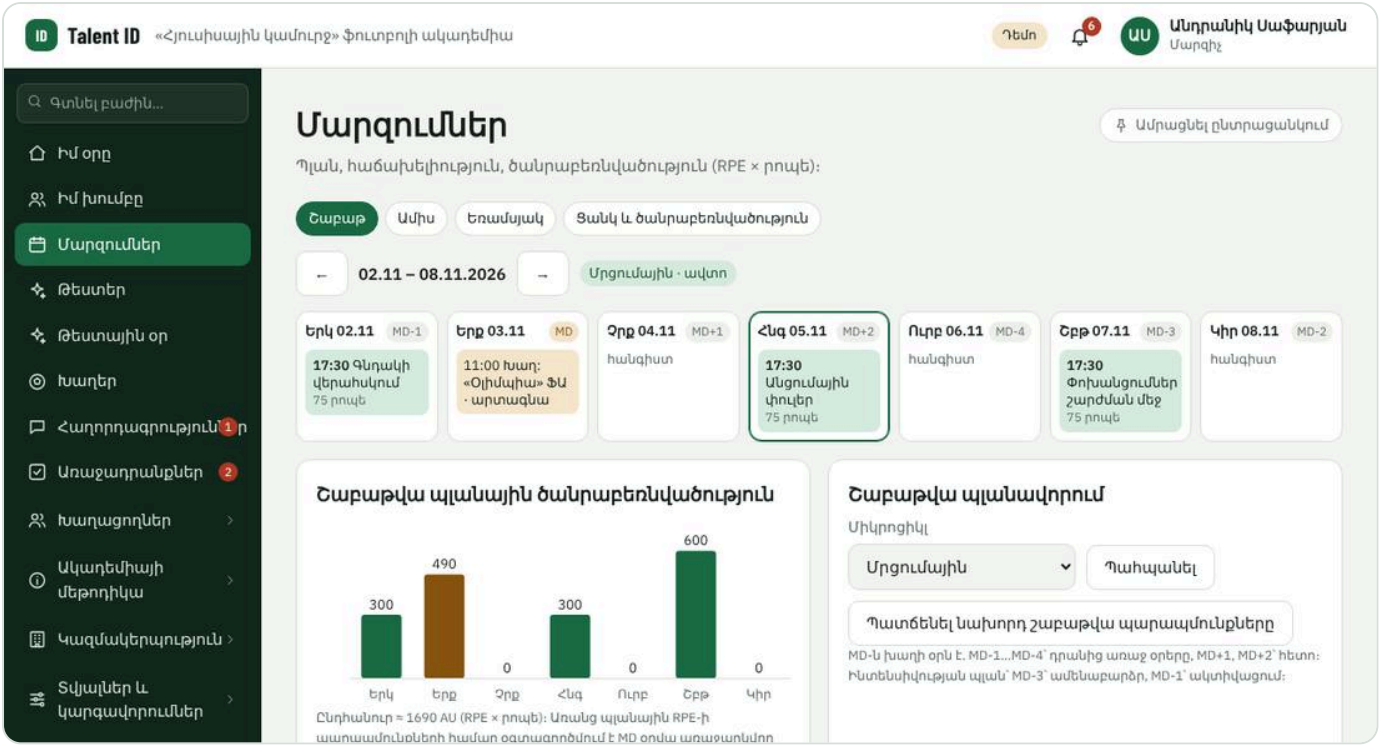
2.1. Իմ խումբը



Իմ խումբը

- Խմբի բոլոր խաղացողները՝ տարիք, դիրք, ինդեքս և թույլտվություն («Թույլատրված է», «Սահմանափակ», «Ձևնության ժամկետն է»)։ Արտահանում Excel, CSV, JSON, PDF։
- **«Ավելացնել խաղացող»**՝ երեխային ձեռքով ավելացնել։
- **«Կապել խաղացողի պրոֆիլը ծնողների հետ»**՝ ծնողները կստանան հարցում և կհաստատեն, որ դա իրենց երեխան է։ Մինչև հաստատումը հասանելի է միայն մարզական աշխատանքը (խումբ, հաճախում, ծանրաբեռնվածություն, թեստեր), բժշկական և հոգեբանական գրառումները՝ հետո։

2.2. Մարզումներ

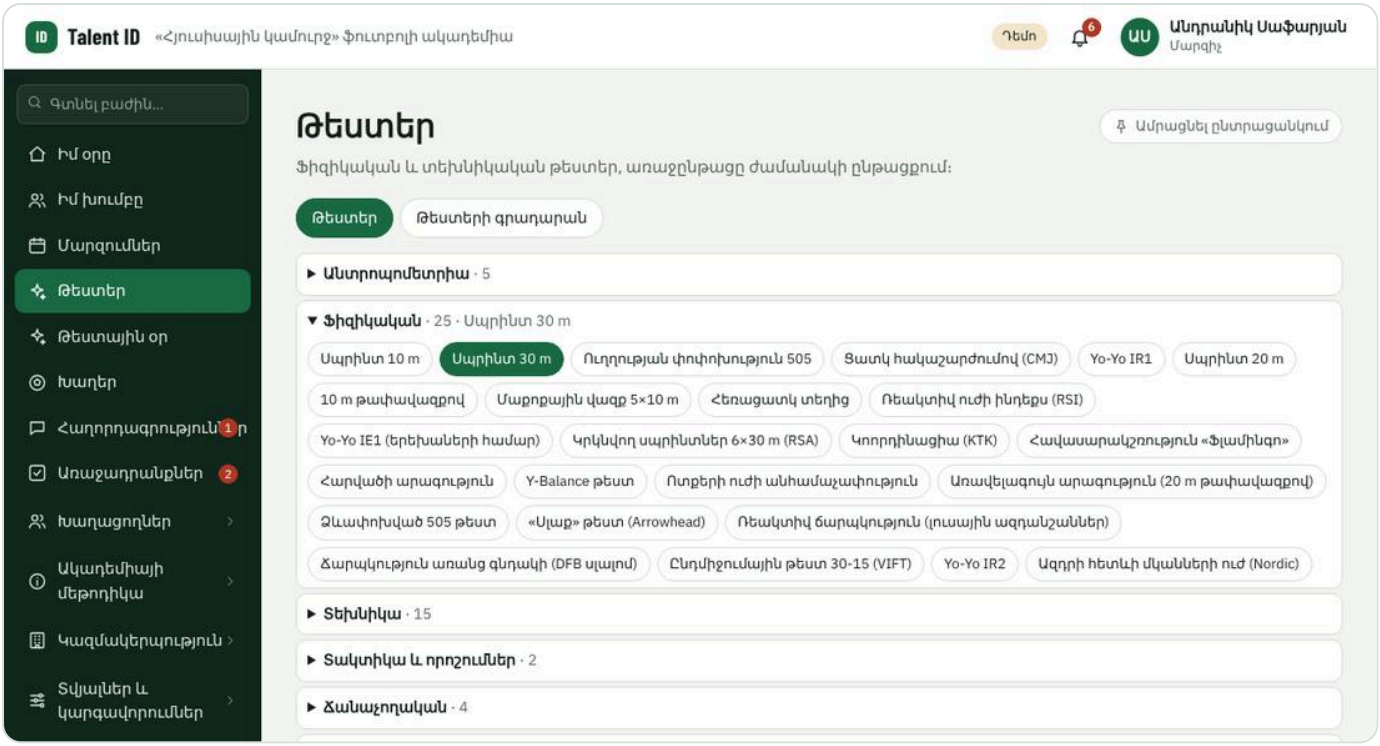


Մարզումներ

1. Ընտրեք շաբաթը. օրերը նշված են խաղի նկատմամբ (MD՝ խաղի օր, MD-3՝ խաղից երեք օր առաջ)։
2. Ավելացրեք մարզում կամ պատճենեք նախորդ շաբաթը. ընտրեք միկրոցիկլը («Մրցումային», «Վերականգնողական»…)։
3. Պարապմունքից հետո նշեք ներկաներին և նշեք RPE (ծանրություն 1–10) և րոպեները. ծառայությունը կհաշվի ծանրաբեռնվածությունը։
4. «Շաբաթվա պլանային ծանրաբեռնվածություն» գրաֆիկը ցույց կտա՝ արդյոք շաբաթը գերծանրաբեռնված չէ։

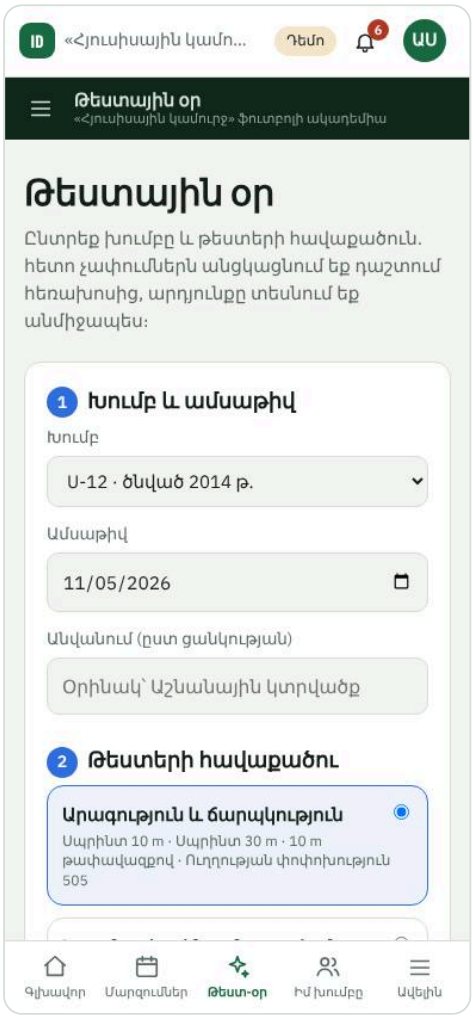
2.3. Թեստեր

Խմբի ֆիզիկական և տեխնիկական թեստերի արդյունքները և դրանց դինամիկան։ Առանձին արդյունք կարելի է մուտքագրել այստեղ, խմբի ամբողջական կտրվածքը՝ «Թեստային օրվա» միջոցով։



Թեստեր

2.4. Թեստային օր



Թեստային օր հեռախոսում

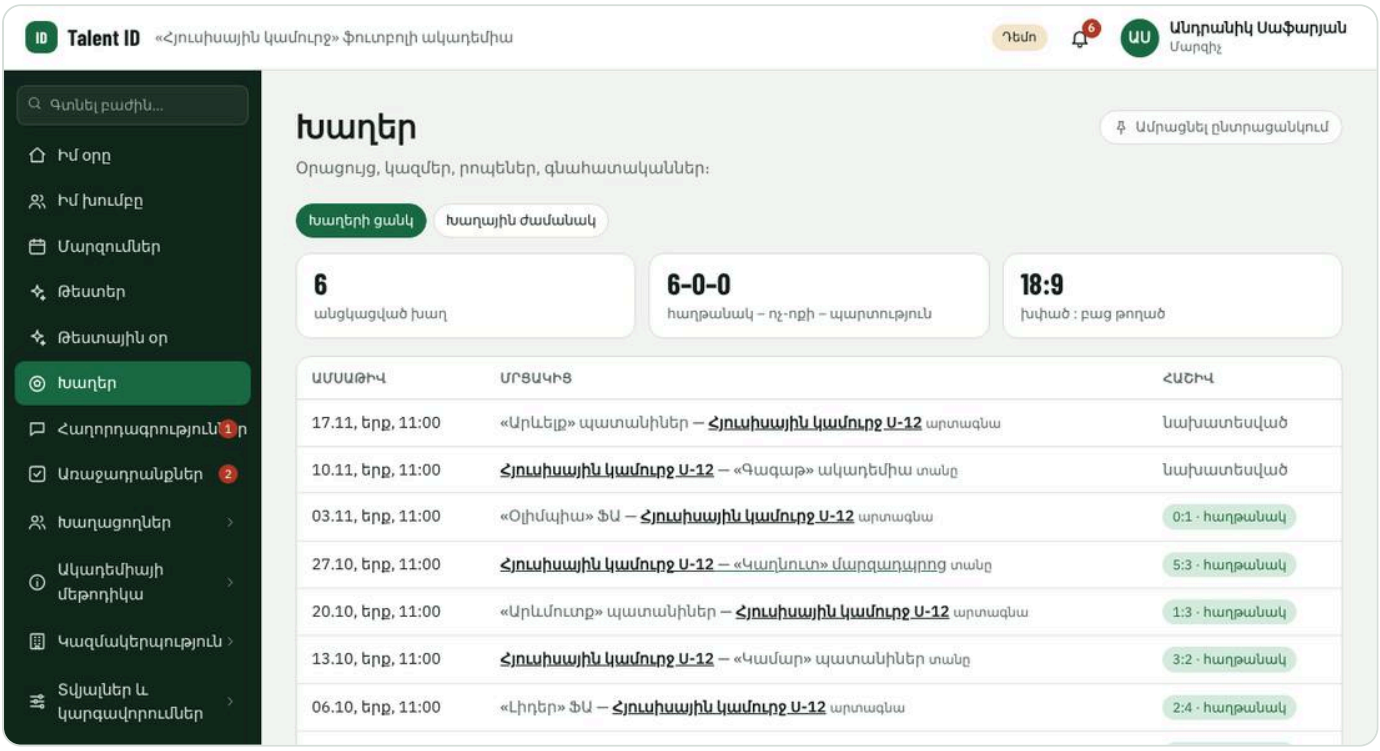
1. **Խումբ և ամսաթիվ:** Անվանումը՝ ըստ ցանկության (օրինակ՝ «Աշնանային կտրվածք»)։

2. **Թեստերի հավաքածու:** «Արագություն և ճարպկություն» (վազք 10 և 30 մ, 10 մ թափով, 505), «Եռամսյակային ամբողջական» (հասակ, քաշ, սպրինտներ, 505 և այլն) կամ սեփական հավաքածու։
3. **Ռեժիմ դաշտում:** Մուտքագրեք յուրաքանչյուր խաղացողի արդյունքը անմիջապես հեռախոսից։
4. **Ամփոփում՝** վերջին չափումից անմիջապես հետո. արդյունքները հայտնվում են խաղացողների քարտերում, ինդեքսում և ծնողների համար առաջընթացում։

Խորհուրդ՝ թեստերն անցկացրեք «Թեստերի գրադարանի» արձանագրությամբ (բաժին 4.5). այդ դեպքում արդյունքները արդարացիորեն կհամեմատվեն հասակակիցների հետ։

2.5. Խաղեր

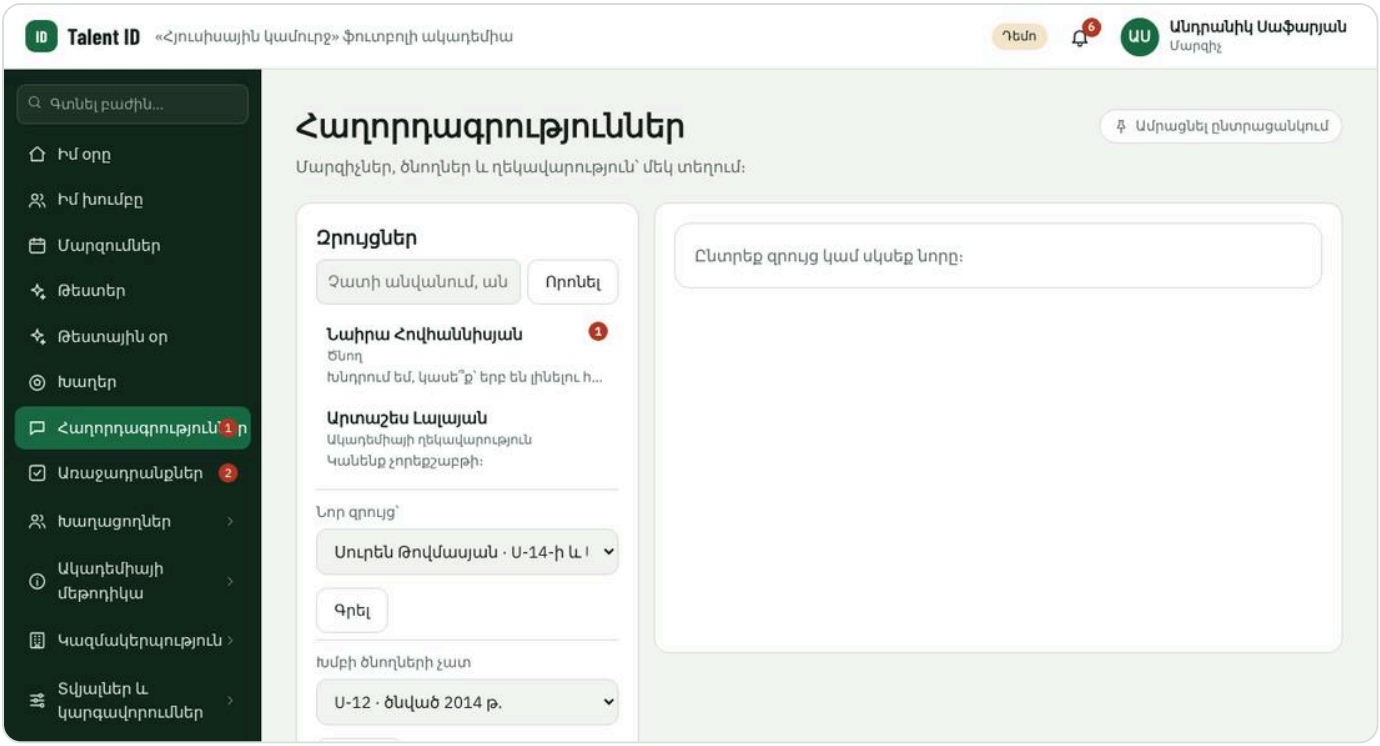
Խմբի օրացույցը, կազմերը, րոպեները և գնահատականները։ Րոպեները գրանցեք ազնվորեն. անբավարար խաղային ժամանակը հեռանալու ռիսկի ազդանշաններից է, և ծառայությունը կզգուշացնի դրա մասին։



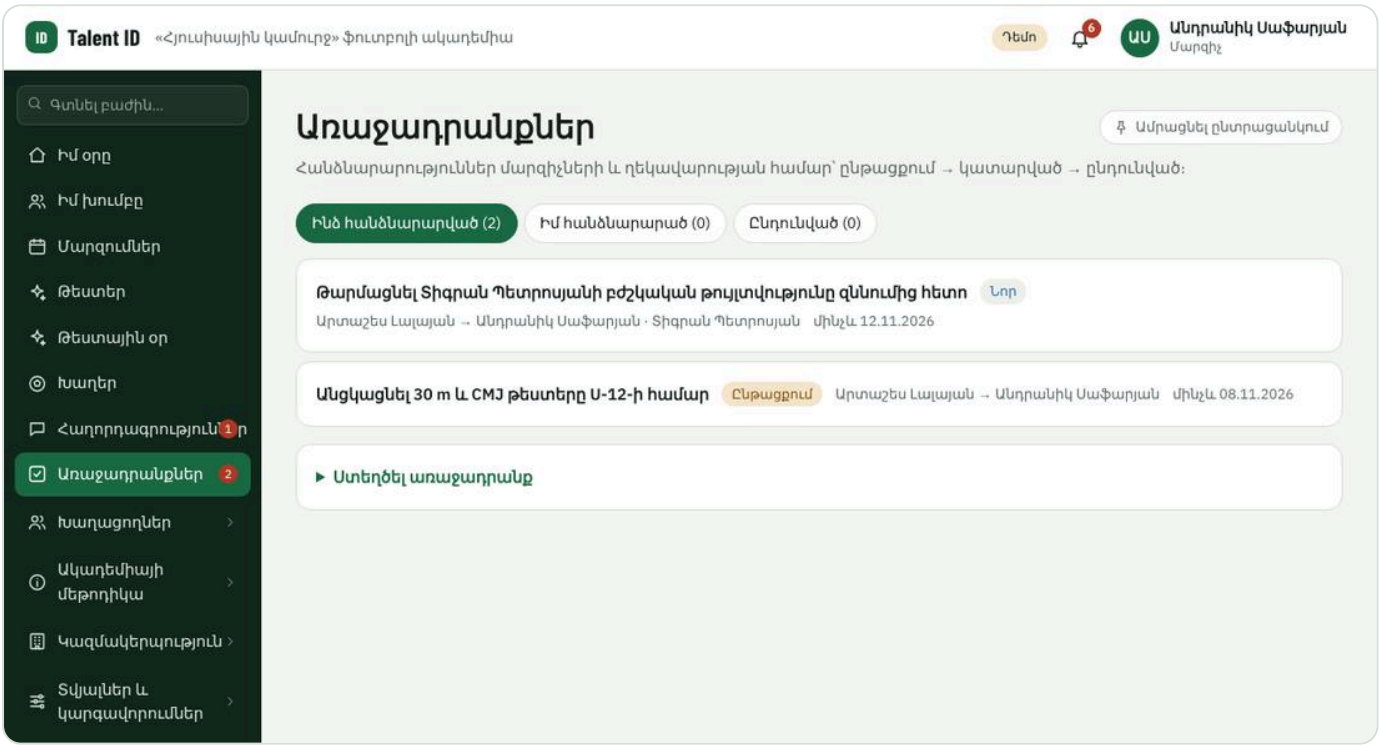
Խաղեր

2.6. Հաղորդագրություններ և առաջադրանքներ

- **«Հաղորդագրություններ»՝** խմբի չատը ծնողների հետ և կապ ղեկավարության հետ։ Անձնական WhatsApp-ի փոխարեն. պատմությունը մնում է ակադեմիայում։
- **«Առաջադրանքներ»՝** ղեկավարության հանձնարարությունները. նշեք «կատարված», ղեկավարը կընդունի։



Հաղորդագրություններ



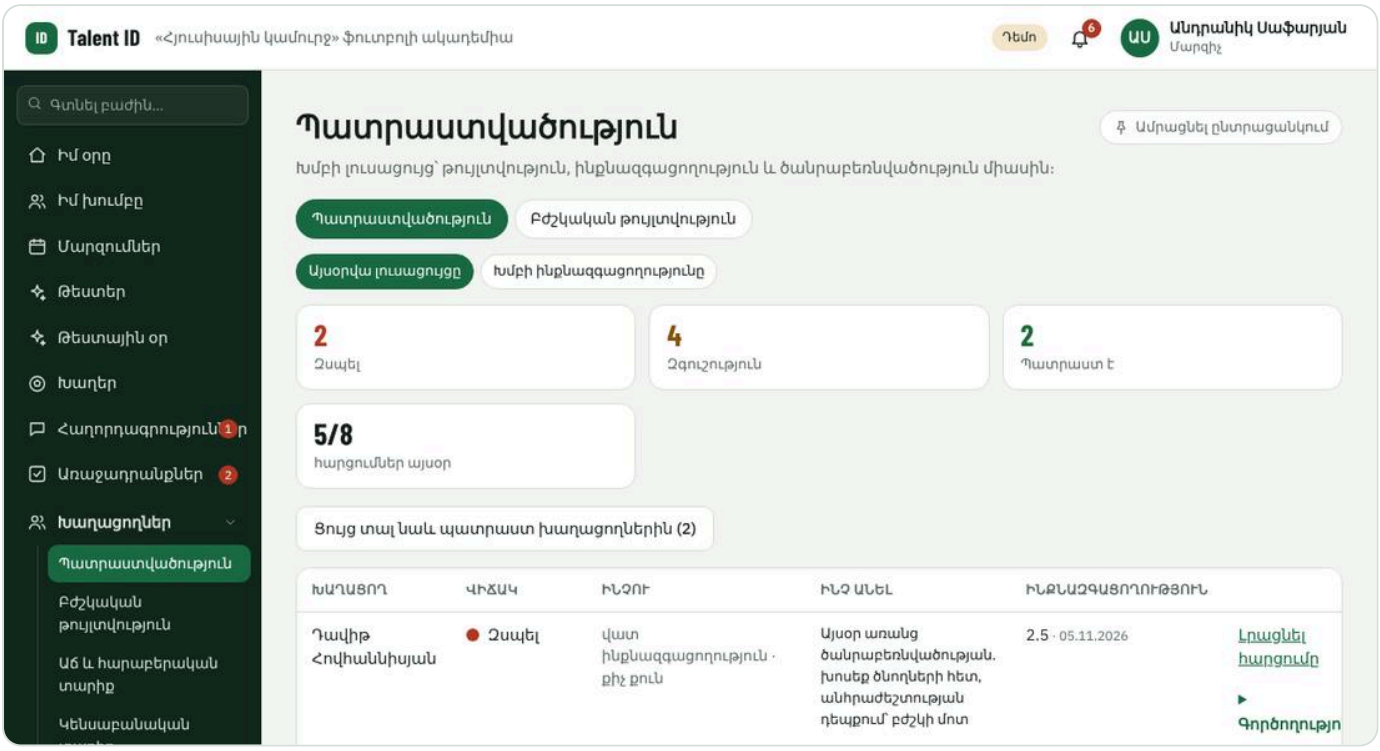
Առաջադրանքներ

3. Խաղացողներ՝ առողջություն և զարգացում

Ընտրացանկում սա **«Խաղացողներ»** խումբն է։

3.1. Պատրաստվածություն

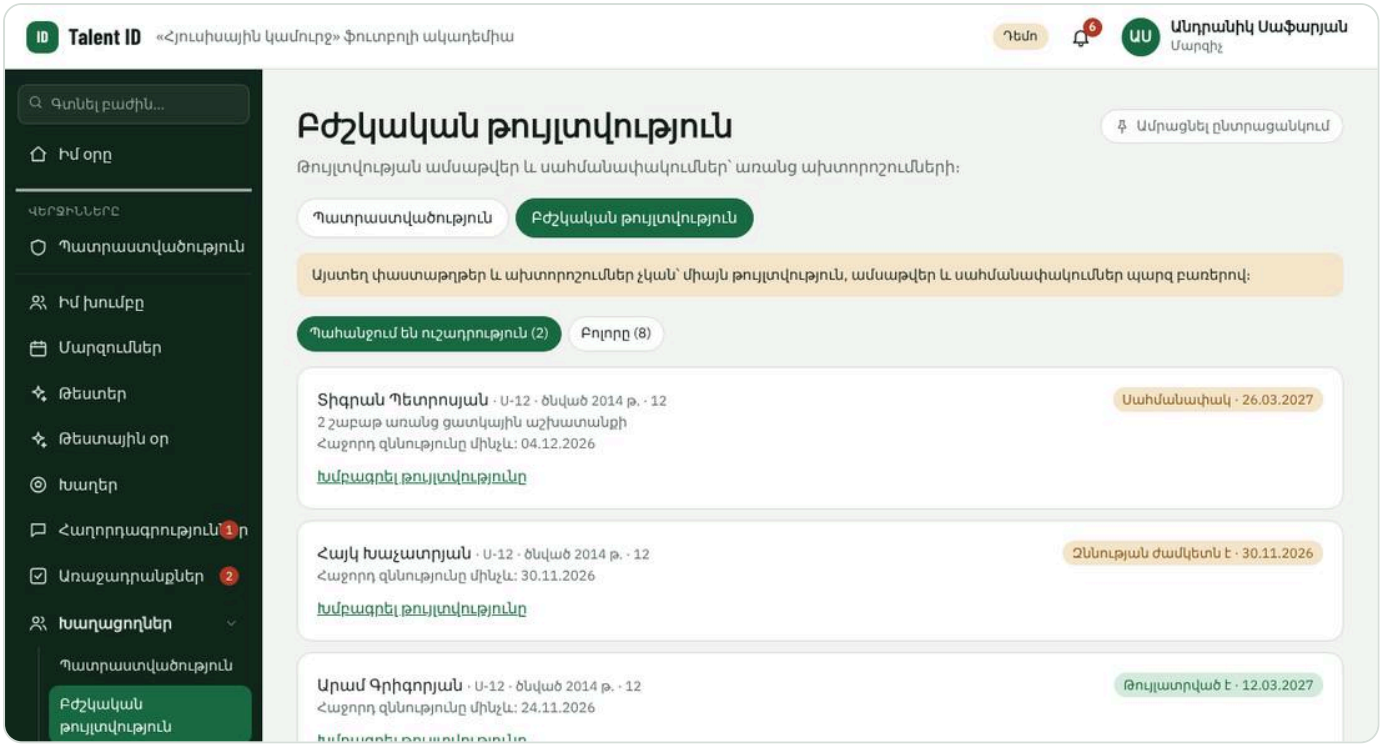
Մարզումից առաջ նայեք այստեղ՝ թույլտվություն, ինքնազգացողություն ծնողների չեք-ինից (քուն, տրամադրություն, էներգիա, ցավ) և յուրաքանչյուր խաղացողի ծանրաբեռնվածությունը մեկ աղյուսակում։ Դեղին՝ նվազեցրեք ծանրաբեռնվածությունը, կարմիր՝ մի՛ թույլատրեք։



Պատրաստվածություն

3.2. Բժշկական թույլտվություն

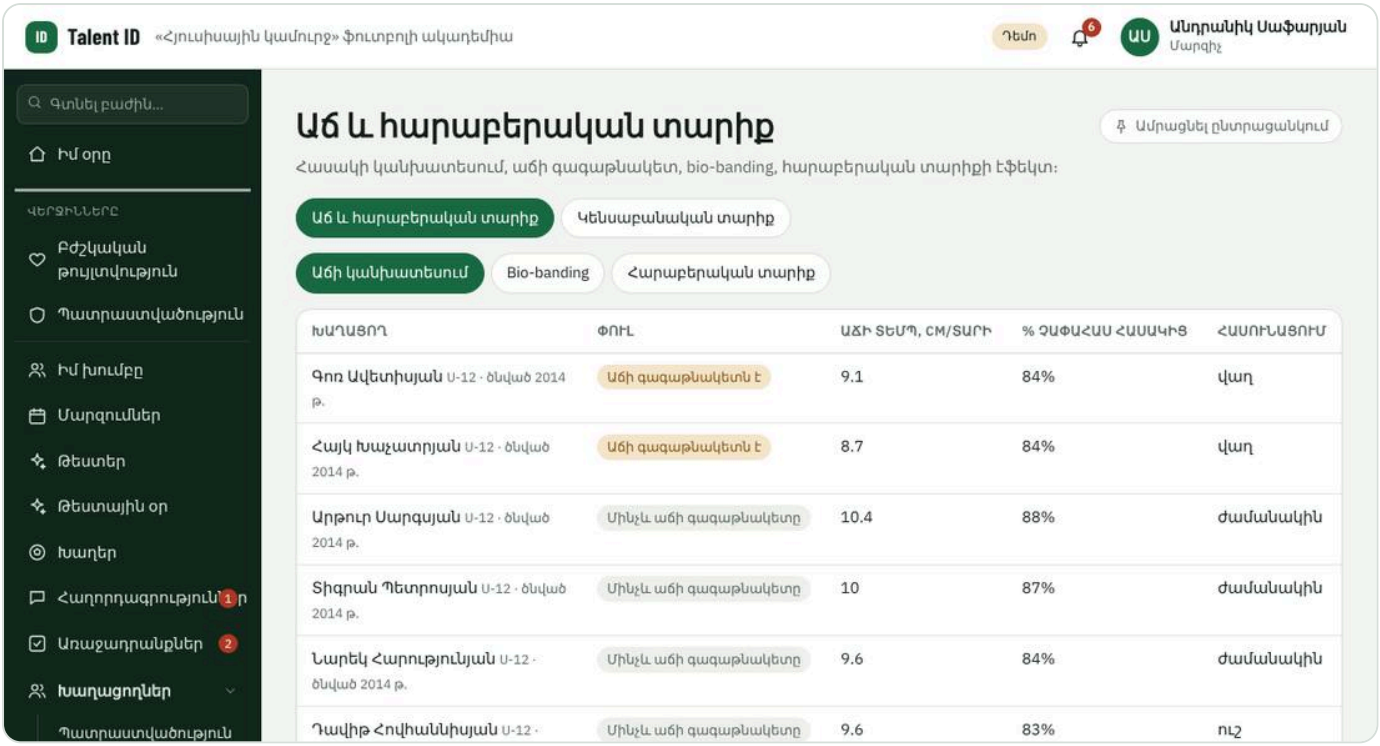
Դուք տեսնում եք միայն թույլտվության ժամկետը և սահմանափակումները պարզ բառերով՝ առանց ախտորոշումների։ Ժամկետանց թույլտվությամբ երեխան կհայտնվի «Իմ օրը» էջում։



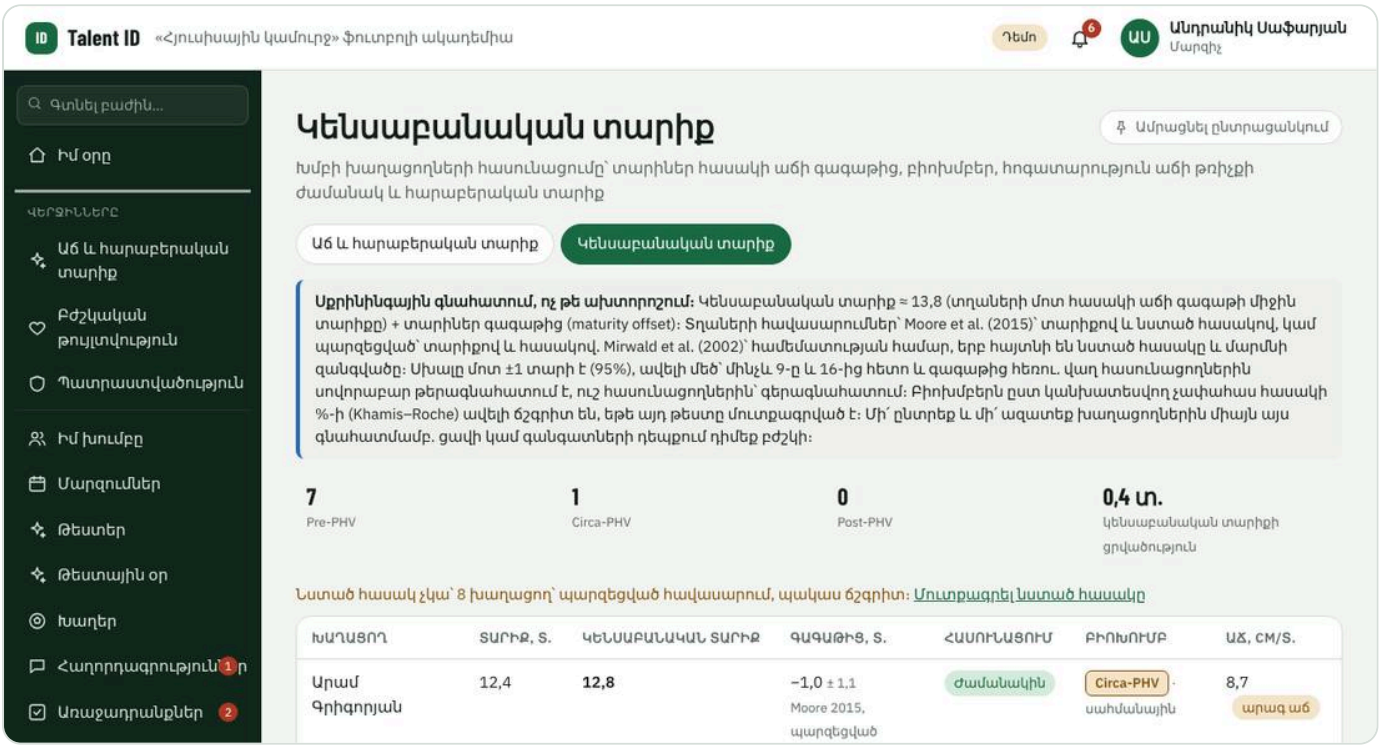
Բժշկական թույլտվություն

3.3. Աճ և կենսաբանական տարիք

- **«Աճի գագաթնակետն այժմ»**՝ երեխան արագ է աճում. ժամանակավորապես նվազեցրեք ցատկային և ուժային ծանրաբեռնվածությունը, հետևեք ծնկների և կրունկների վերաբերյալ գանգատներին։
- **Հասունացման տեմպ՝** վաղ, ժամանակին, ուշ։ Ուշ հասունացող երեխան այժմ ֆիզիկապես ավելի թույլ է, բայց դա չի նշանակում ավելի վատ հեռանկար. նայեք արդյունքները «կենսատարիք» ուղղումով։
- **Bio-banding՝** վարժությունների և ներքին խաղերի համար խումբը բաժանեք A–D կենսախմբերի, որպեսզի երեխաները խաղան ֆիզիկական զարգացմամբ հավասարների հետ։



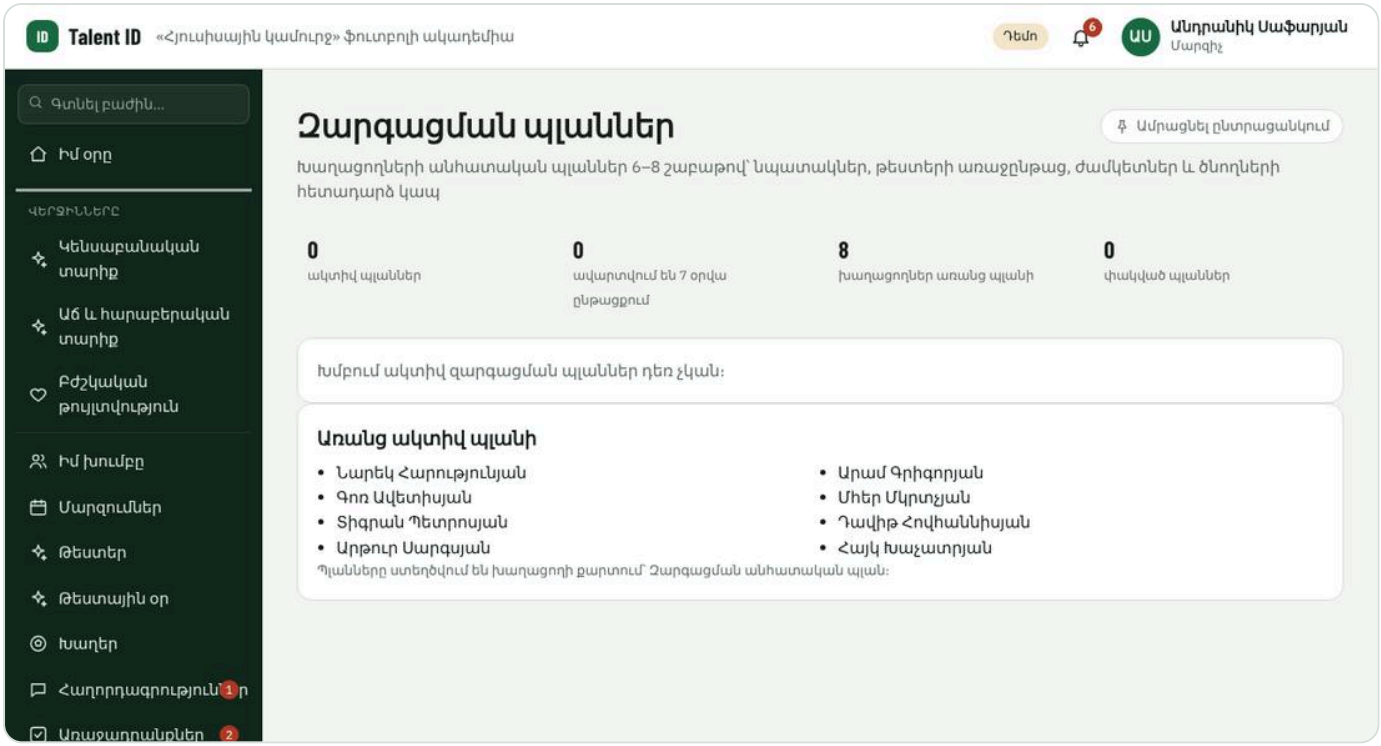
Աճ և հարաբերական տարիք



Կենսաբանական տարիք

3.4. Զարգացման պլաններ

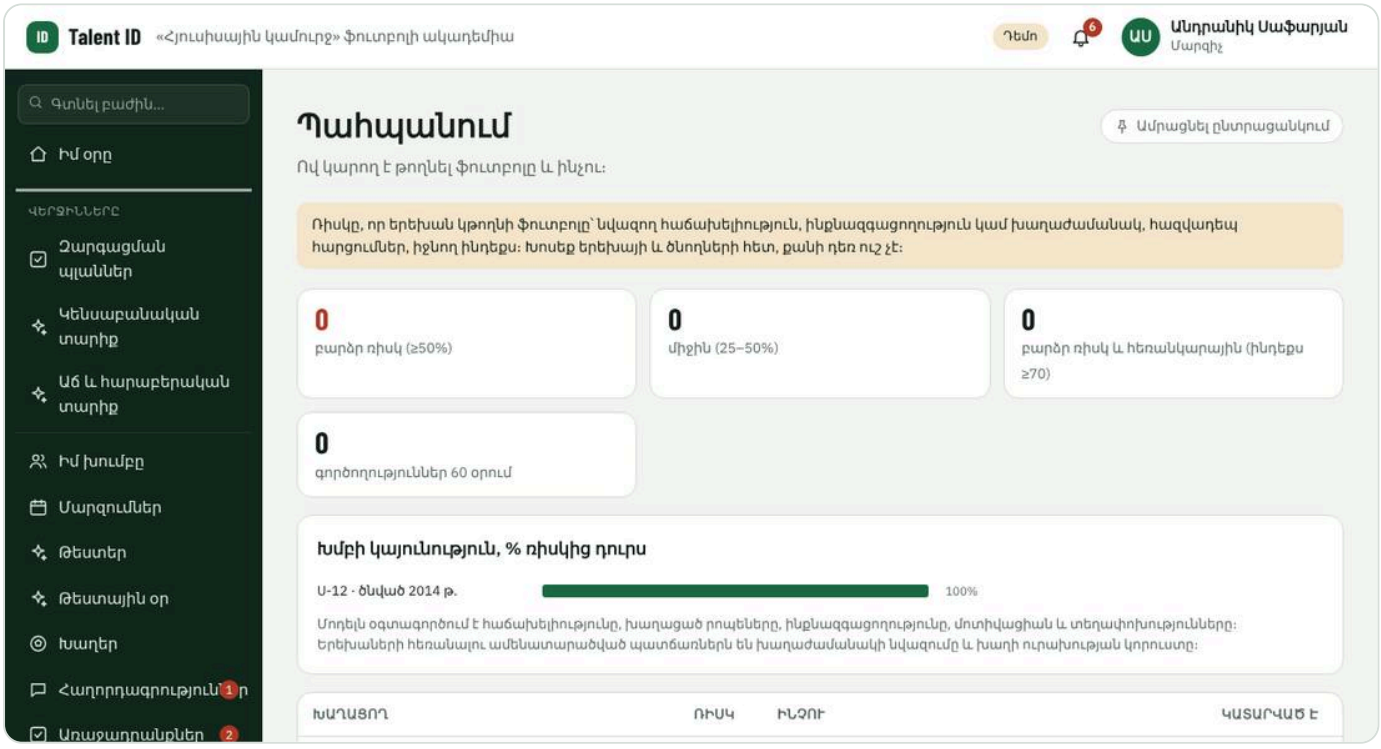
1. Ստեղծեք խաղացողի պլան 6–8 շաբաթով և ընտրեք նպատակները (օրինակ՝ մեկնարկային արագություն, թույլ ոտք)։
2. Առաջընթացը հաշվվում է հաջորդ թեստերով ավտոմատ։
3. Ծնողները տեսնում են պլանը և թողնում արձագանք։



Զարգացման պլաններ

3.5. Պահպանում

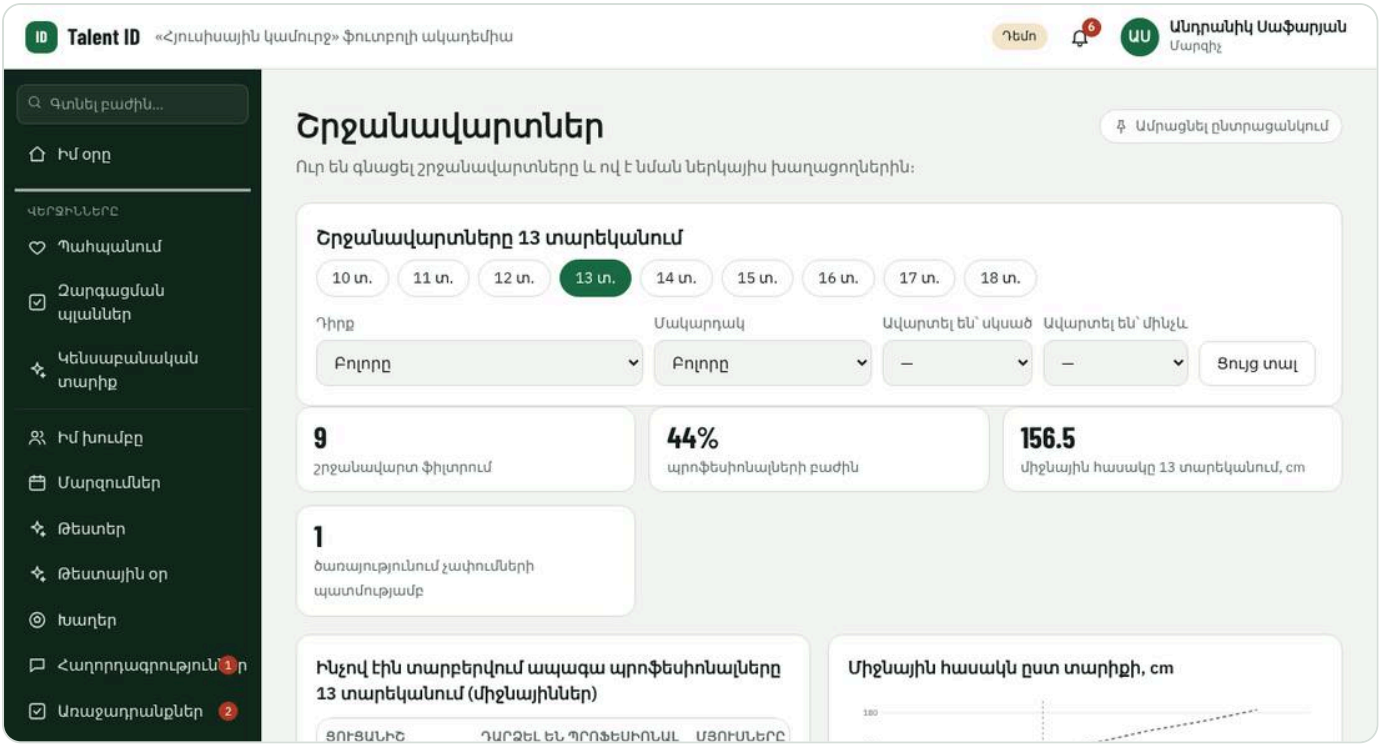
Խմբից ով կարող է թողնել ֆուտբոլը և ինչու՝ հաճախելիության, ինքնազգացողության կամ խաղային ժամանակի անկում, հազվադեպ չեք-իններ, ինդեքսի նվազում։ Զրուցեք երեխայի և ծնողների հետ և գրանցեք գործողությունը՝ «Զրուցել», «Անհատ. պլան» կամ «Ամեն ինչ լավ է»։



Պահպանում

3.6. Շրջանավարտներ

Ուր են գնացել սաները, և նրանցից ով է նման Ձեր ներկայիս խաղացողներին։

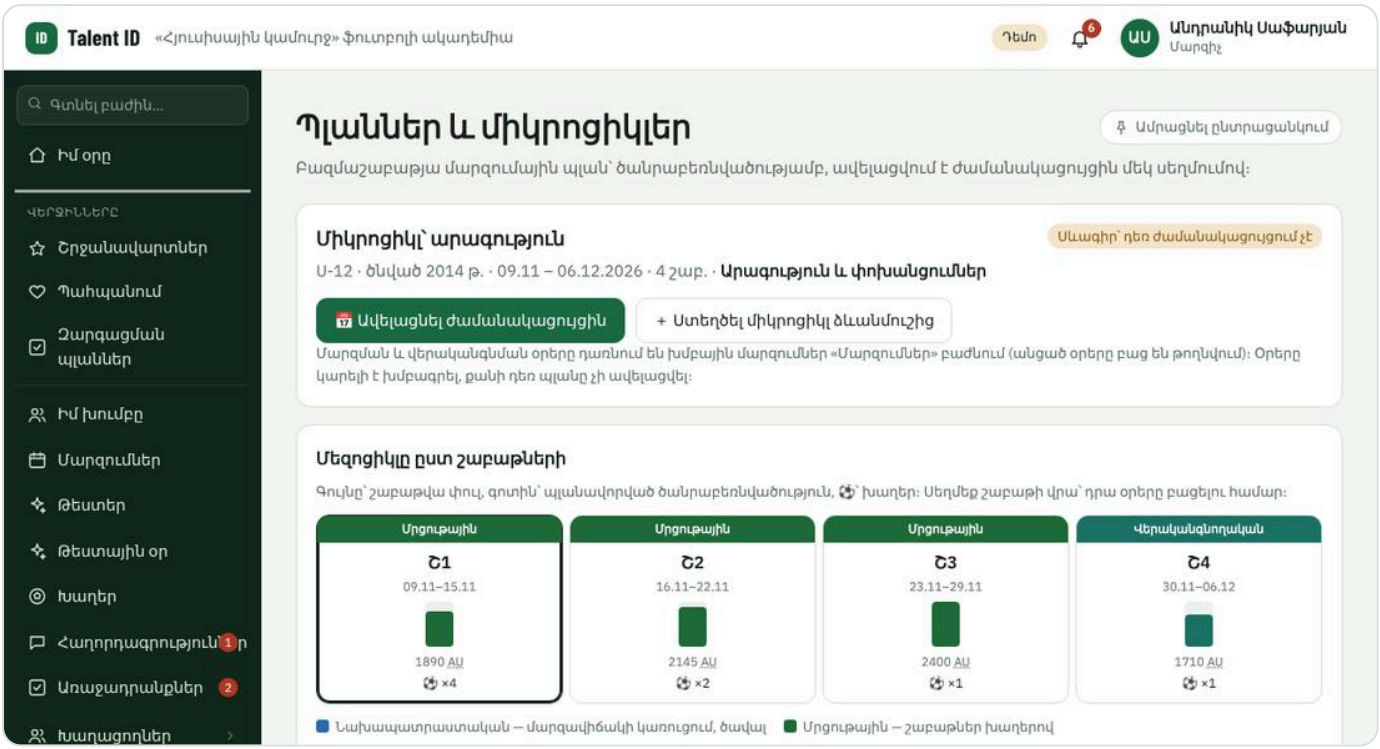


Շրջանավարտներ

4. Մեթոդիկա

4.1. Պլաններ և միկրոցիկլեր

Կազմեք մի քանի շաբաթվա պլան՝ պլանային ծանրաբեռնվածությամբ, և մեկ սեղմումով տեղափոխեք այն խմբի ժամանակացույց։



Պլաններ և միկրոցիկլեր

4.2. Վարժություններ

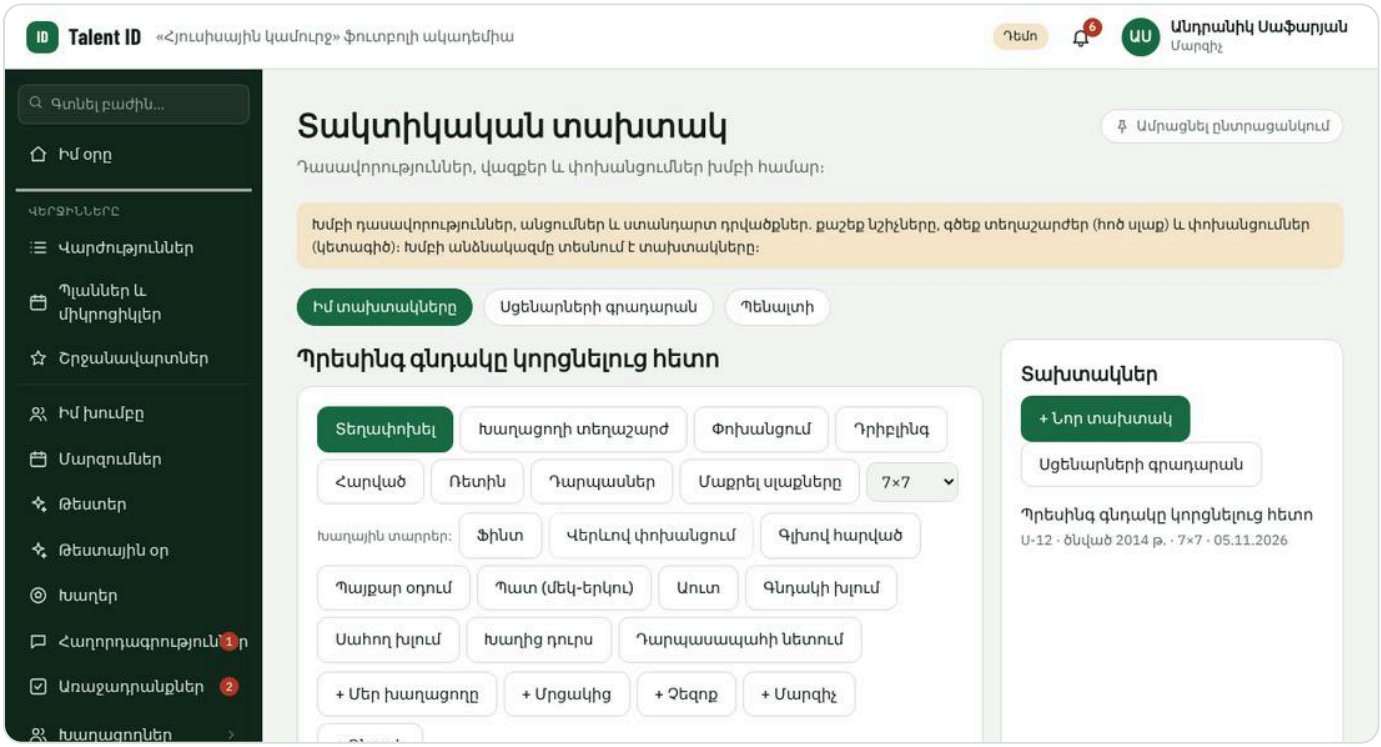
Վարժությունների գրադարան սխեմաներով՝ ընդհանուր և սեփական։ Գրաֆիկական խմբագրիչում նկարեք վարժությունը կադրերով. այն հասանելի կդառնա ակադեմիայի բոլոր մարզիչներին։



Վարժություններ

4.3. Տակտիկական տախտակ

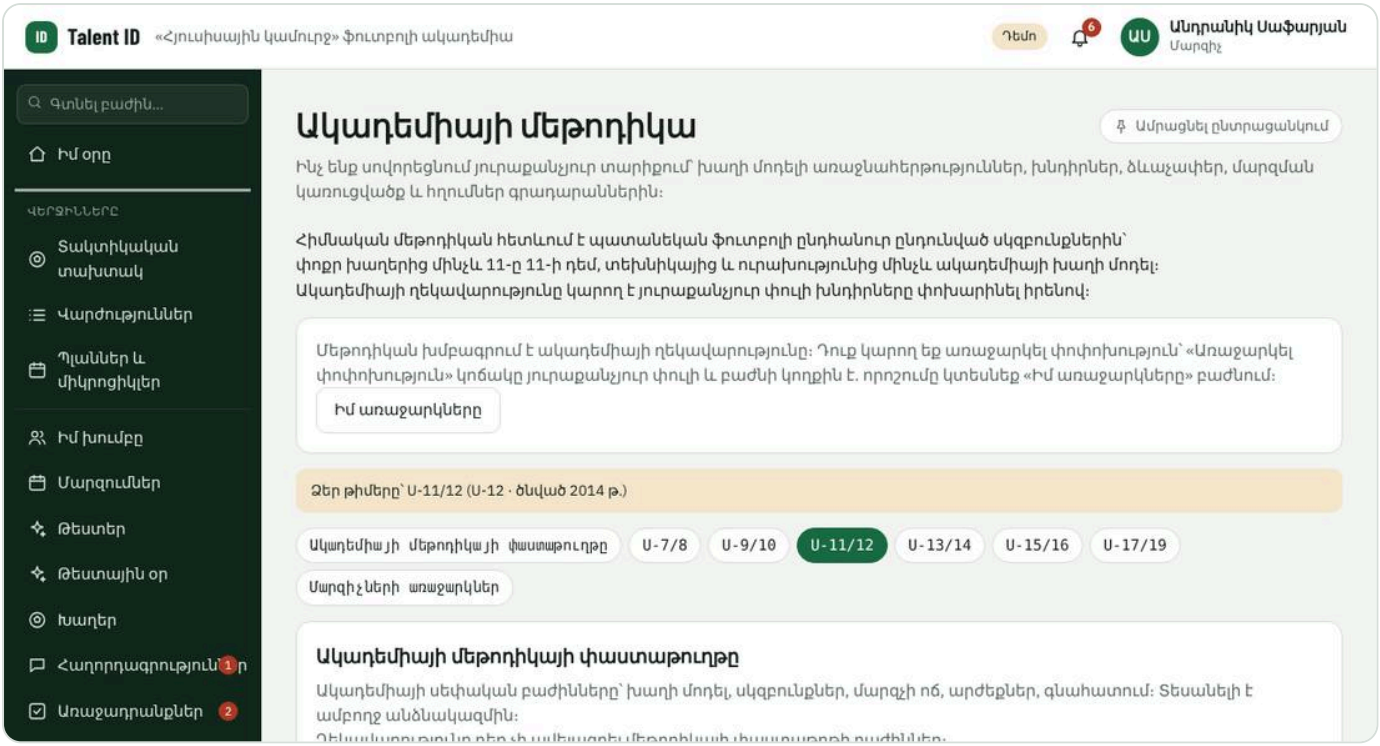
Դասավորության, շարժումների և փոխանցումների սխեմաներ խմբի համար։ Սխեման կարելի է ուղարկել խաղացողի ծնողներին. նրանք այն կտեսնեն «Մարզչի մարտավարությունը» բաժնում և կփոխանցեն երեխային մեսենջերով։



Տակտիկական տախտակ

4.4. Ակադեմիայի մեթոդիկա

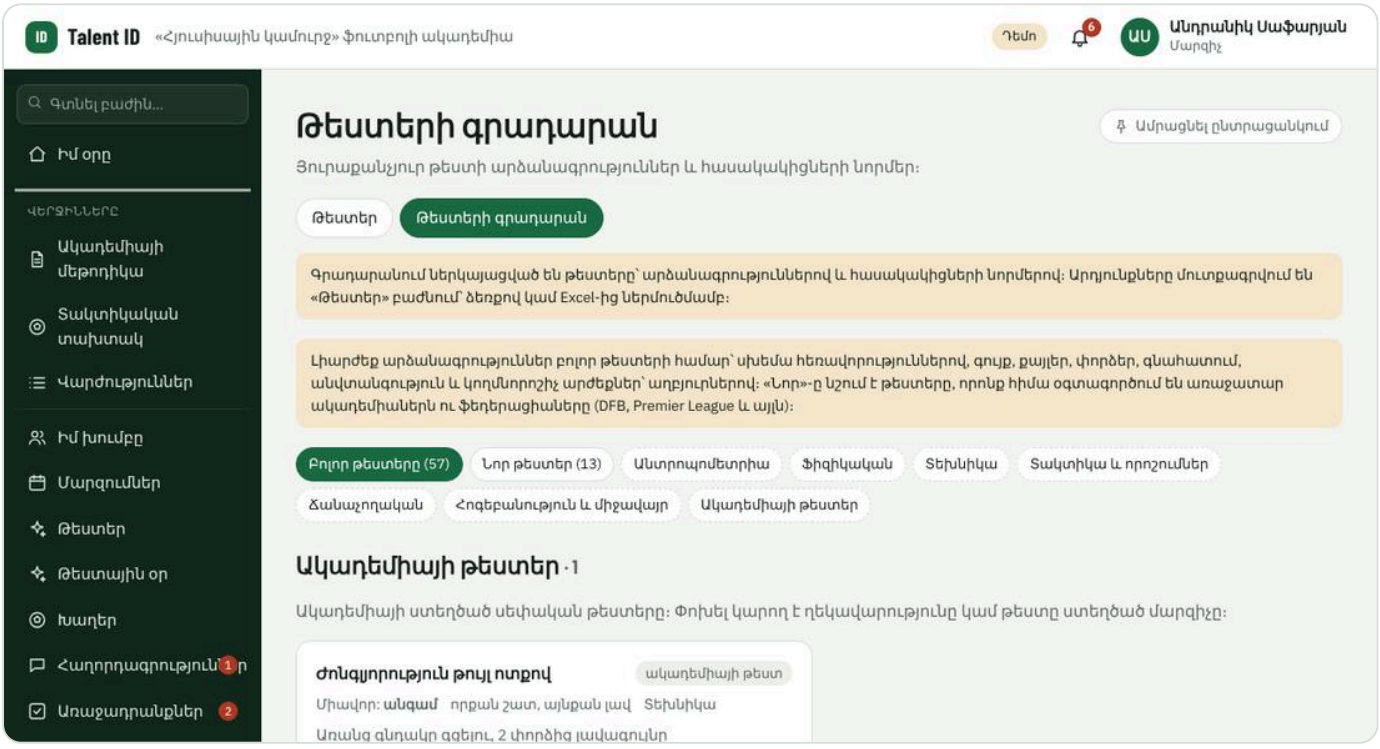
Ինչ է ակնկալում ակադեմիան յուրաքանչյուր տարիքից՝ խաղի մոդելի առաջնահերթություններ, խնդիրներ, ձևաչափեր և պարապմունքի կառուցվածք։ Շաբաթվա պլանը համադրեք դրա հետ։



Ակադեմիայի մեթոդիկա

4.5. Թեստերի գրադարան

Յուրաքանչյուր թեստի արձանագրությունը և հասակակիցների նորմերը։ Օրինակ՝ սպրինտ 10 մ. բարձր մեկնարկ առաջին ֆոտոդարպասից 0,5 մ հեռավորության վրա, 2 փորձ՝ 2 րոպե հանգստով, հաշվվում է լավագույնը։

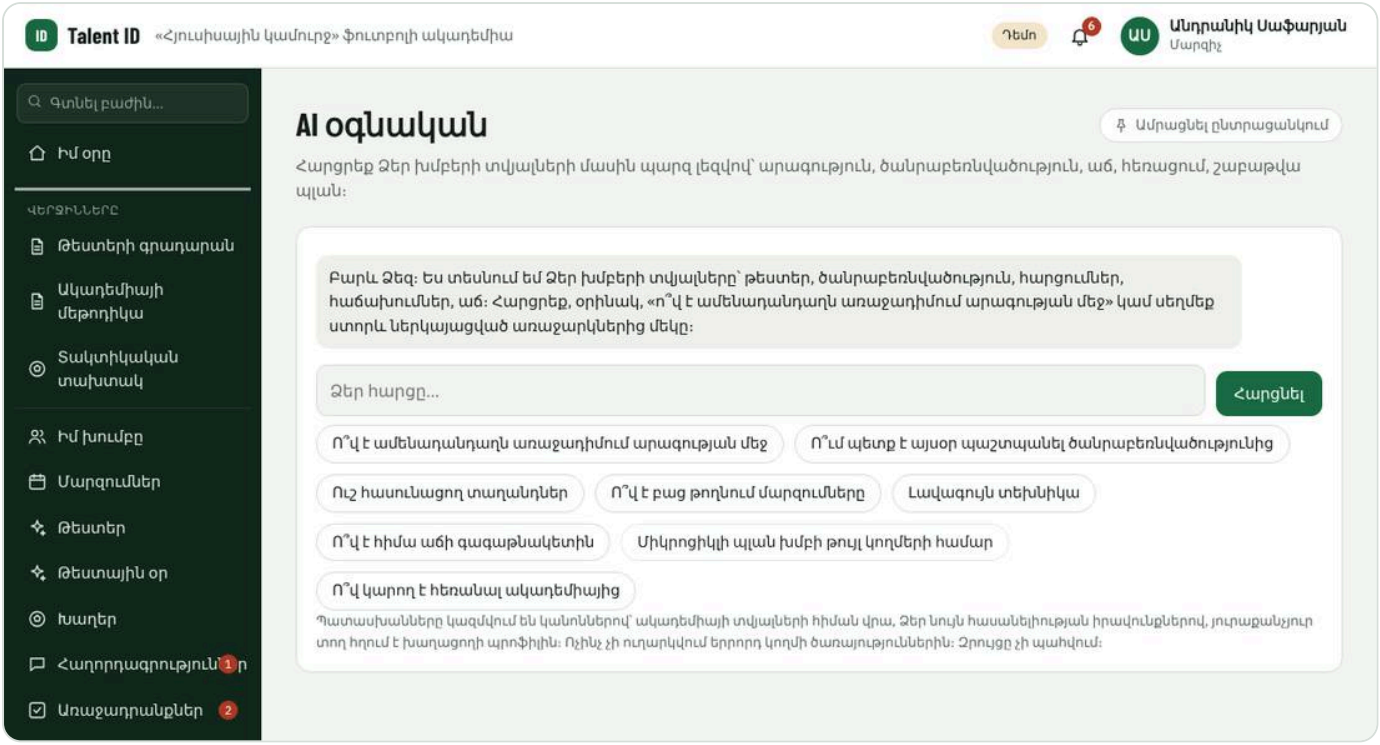


Թեստերի գրադարան

4.6. AI օգնական

Հարցրեք սովորական լեզվով՝ «ով է ամսվա ընթացքում արագությամբ առաջընթաց գրանցել», «ով է այժմ աճի գագաթնակետին», «կազմիր շաբաթվա պլան»։ Օգնականը պատասխանում է

Ձեր խմբերի տվյալներով։

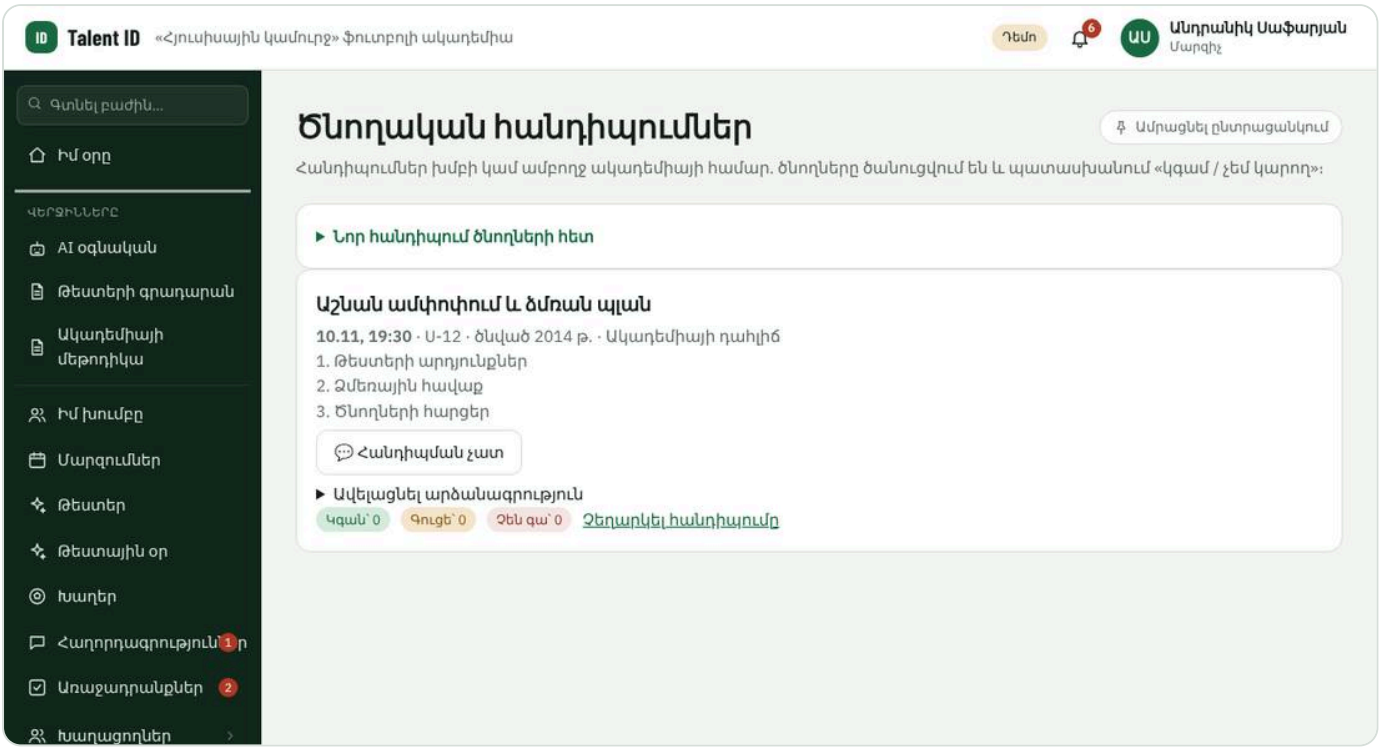


AI օգնական

5. Կազմակերպում և ակադեմիա

5.1. Ծնողական հանդիպումներ

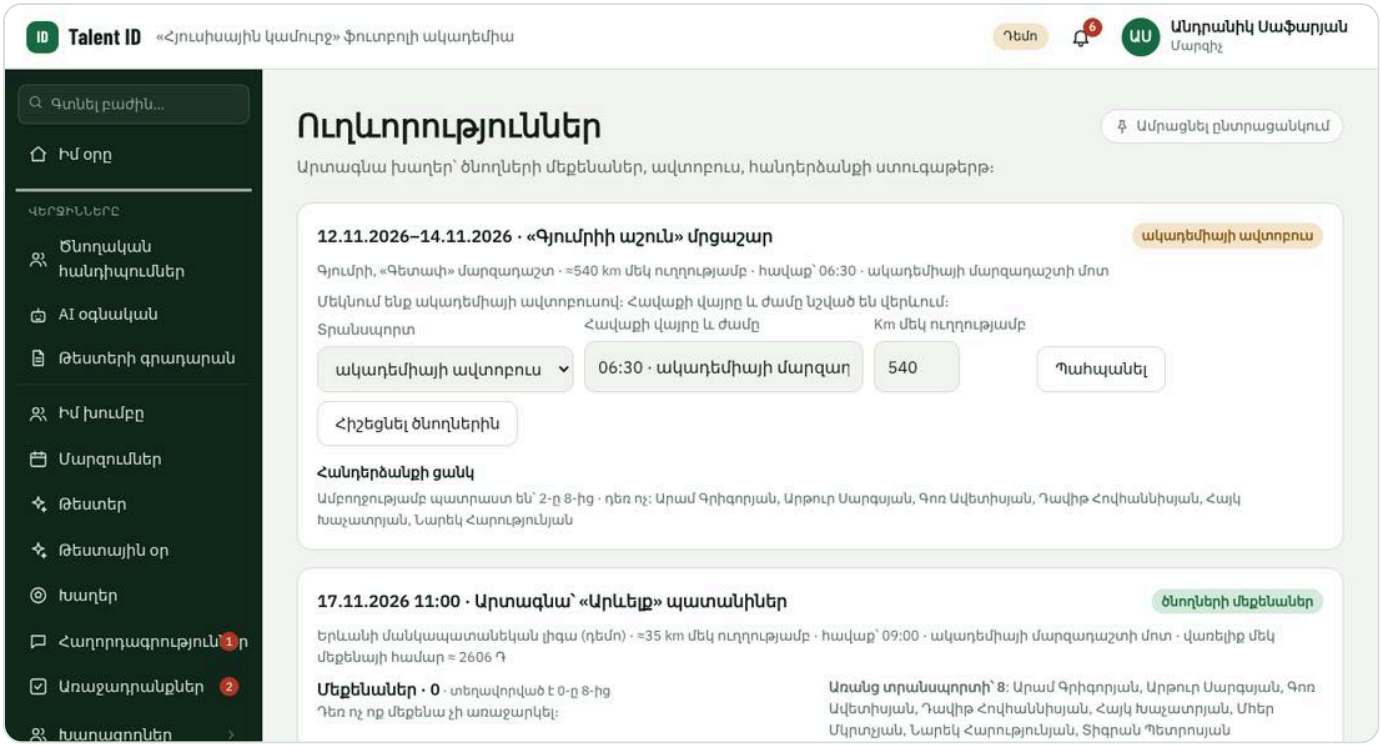
Նշանակեք հանդիպում Ձեր խմբի համար. ծնողները ծանուցում կստանան և կպատասխանեն «կգամ / չեմ կարող»։



Ծնողական հանդիպումներ

5.2. Ուղևորություններ

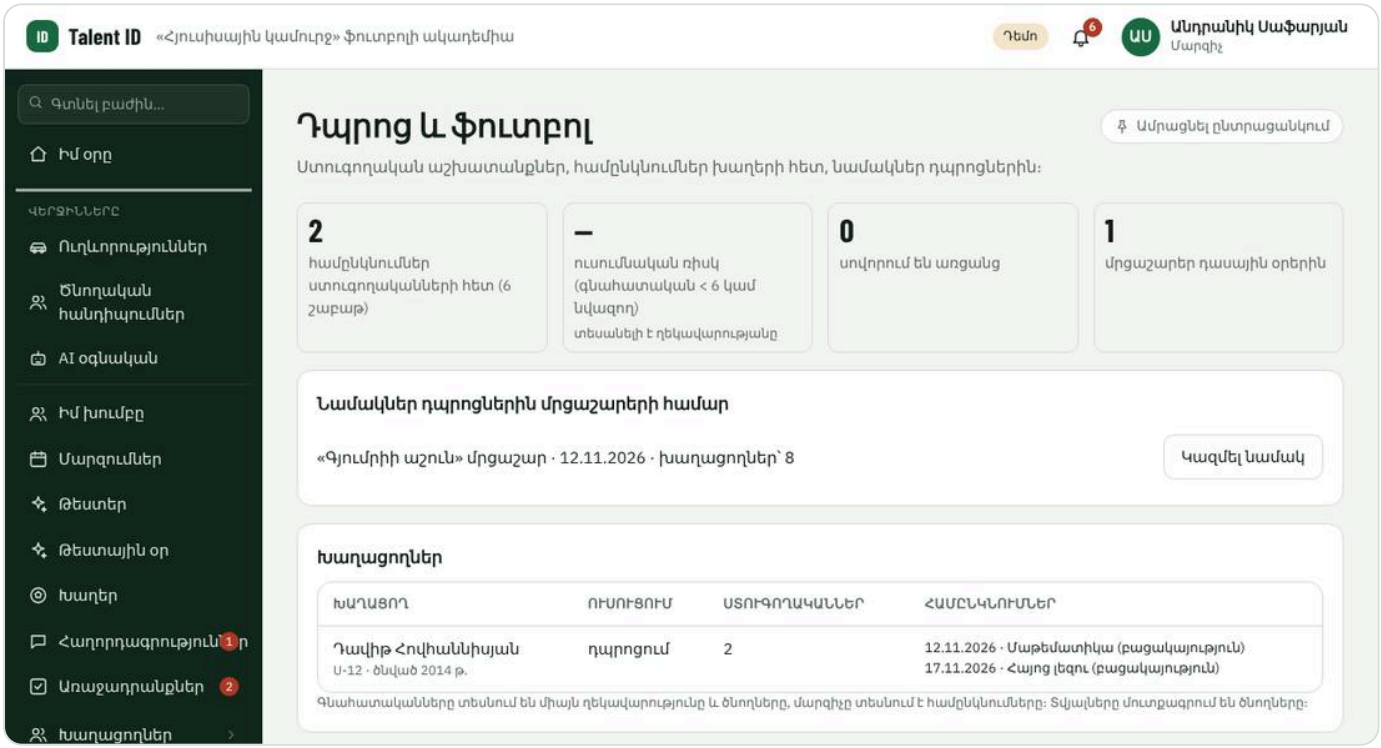
Արտագնա խաղ՝ ով է գնում ծնողների մեքենայով, ով՝ ավտոբուսով, իրերի ստուգաթերթ։ Ծնողները ուղևորությունը հաստատում են իրենց կաբինետում։



Ուղևորություններ

5.3. Դպրոց և ֆուտբոլ

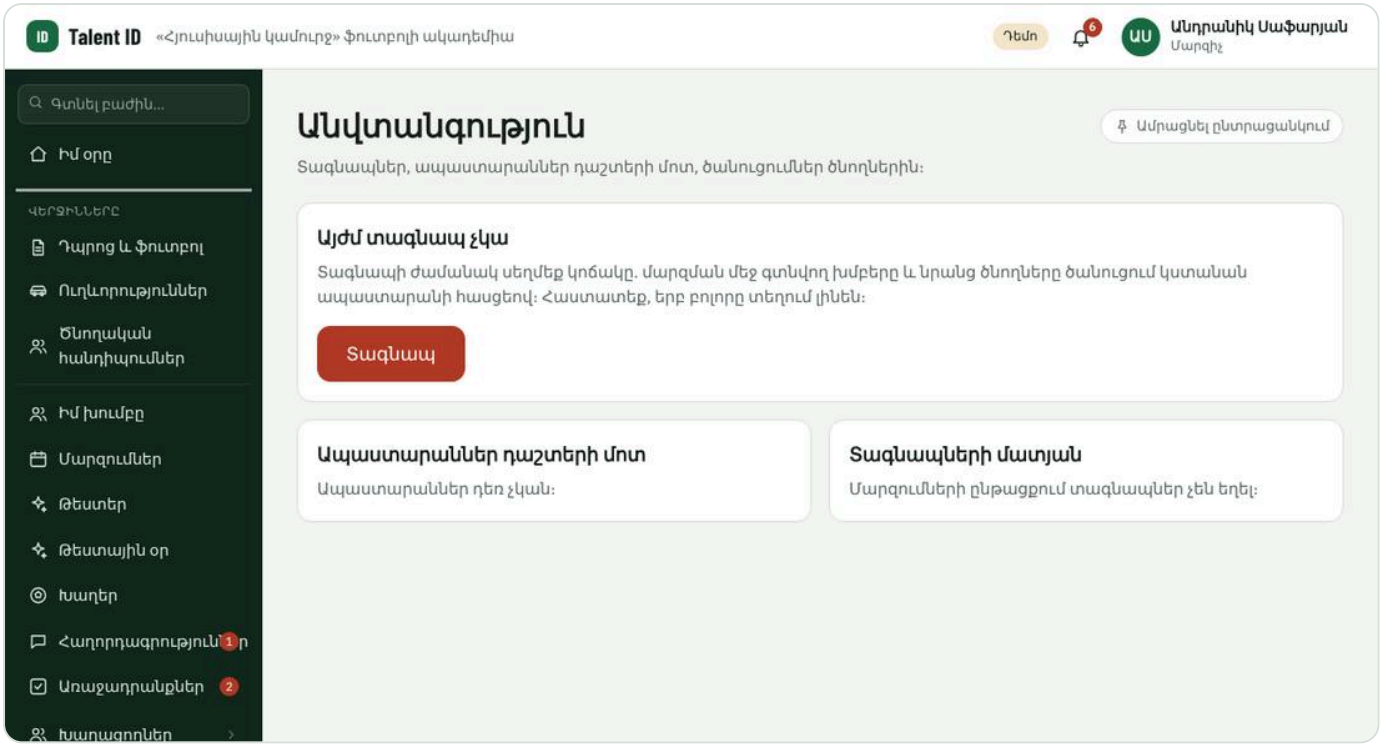
Ստուգողական աշխատանքներ խաղացողների դպրոցներում և համընկնումներ խաղերի հետ. պատրաստի նամակ դպրոցին՝ մրցումների համար դասերից ազատելու մասին։



Դպրոց և ֆուտբոլ

5.4. Անվտանգություն

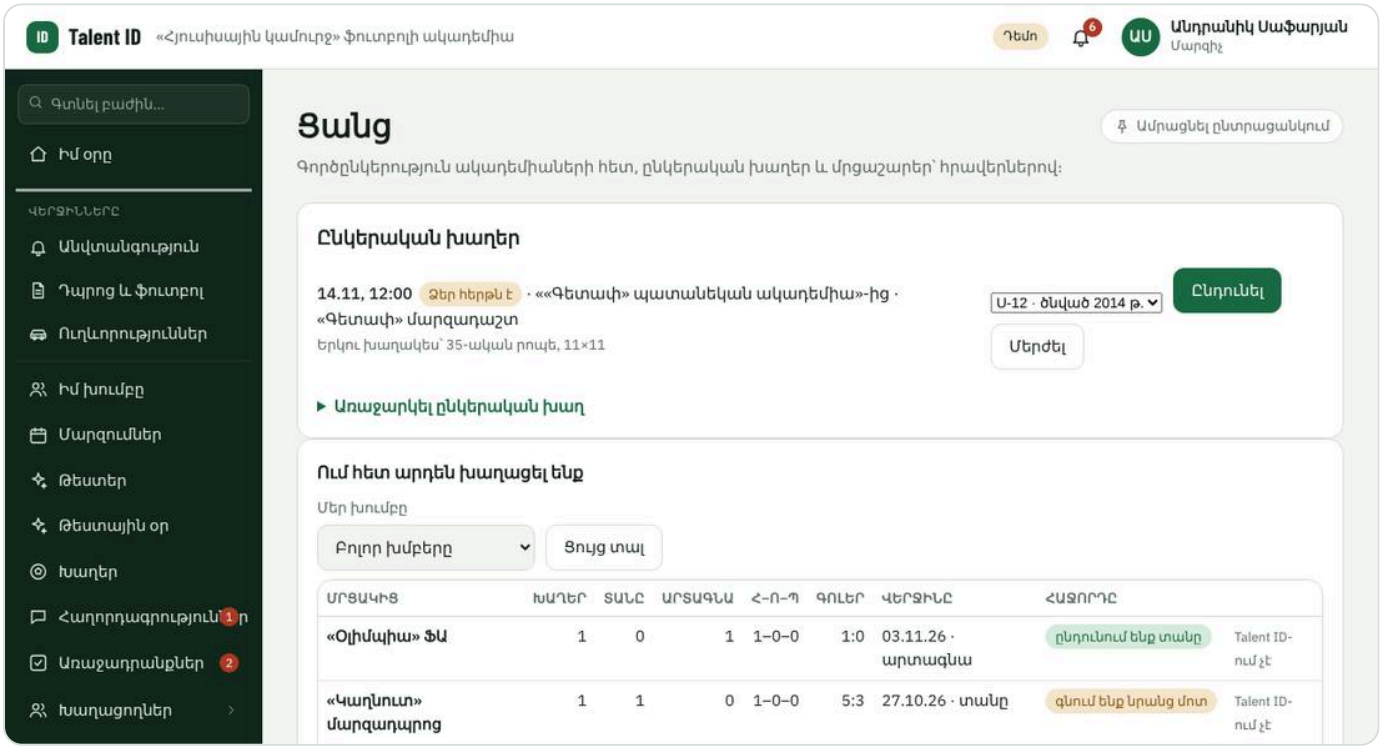
Արտակարգ իրավիճակում սեղմեք «Տագնապ» կոճակը «Անվտանգություն» բաժնում. ծառայությունը ցույց կտա դաշտին մոտակա ապաստարանը, իսկ ծնողները ծանուցում կստանան։



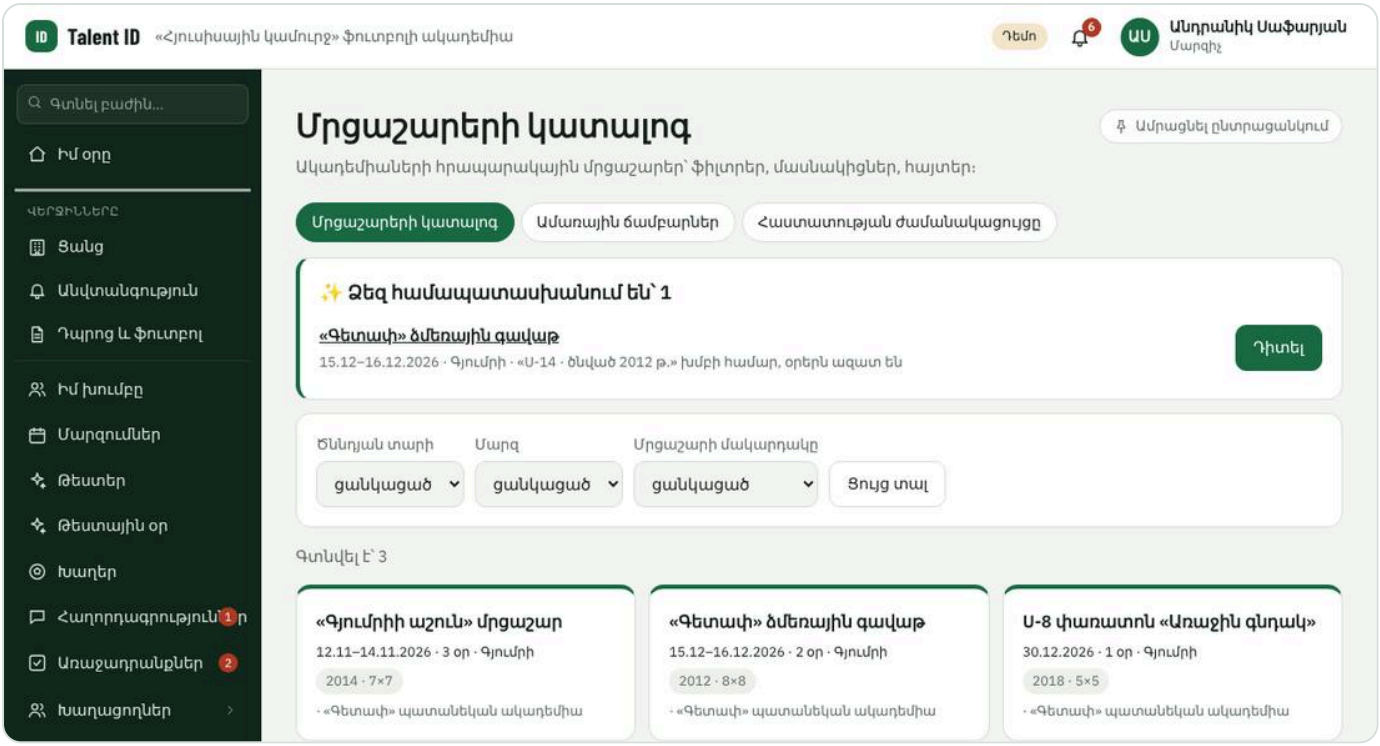
Անվտանգություն

5.5. Ցանց և մրցաշարեր

- **«Ցանց»**՝ ընկերական խաղեր և մրցաշարեր գործընկեր ակադեմիաների հետ. առաջարկեք խաղ կամ պատասխանեք հրավերներին։
- **«Մրցաշարերի կատալոգ»**՝ կատալոգը և Ձեր խմբի հայտերը։



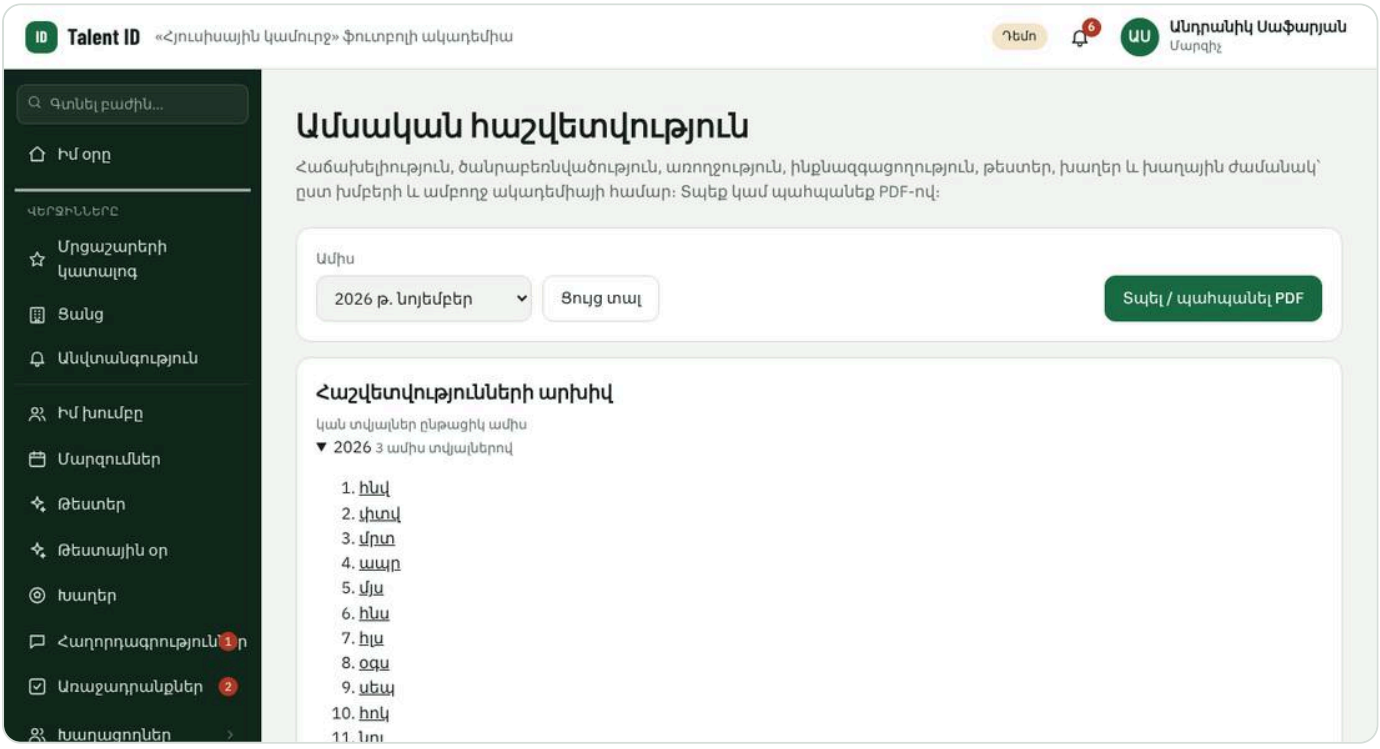
Ցանց



Մրցաշարերի կատալոգ

5.6. Ամսական հաշվետվություն

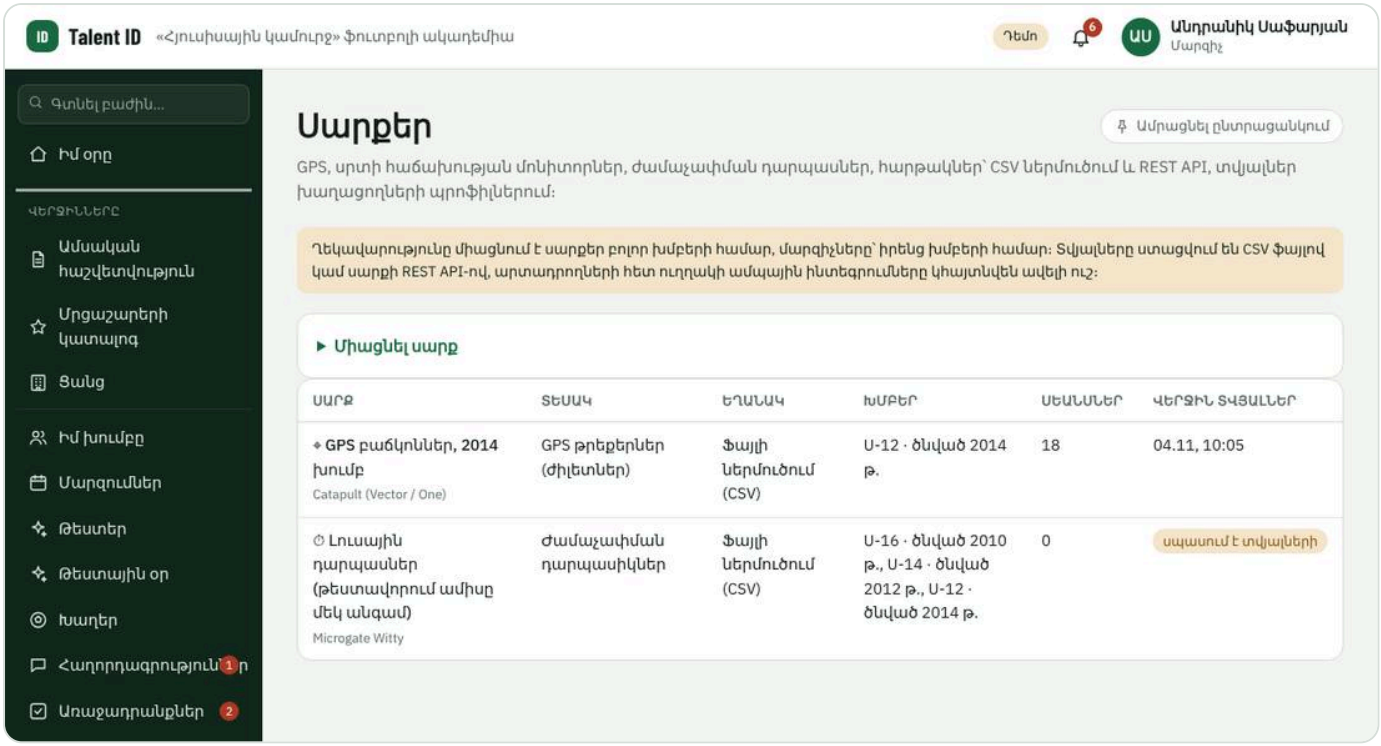
Ձեր խմբի հաճախելիությունը, ծանրաբեռնվածությունը, առողջությունը, թեստերը, խաղերը և խաղային ժամանակը ամսվա կտրվածքով՝ նույն հաշվետվությունը, որը տեսնում է ղեկավարությունը։ Հաշվետվությունը ձևավորվում է ավտոմատ՝ Ձեր գրառումներից։



Ամսական հաշվետվություն

5.7. Սարքեր

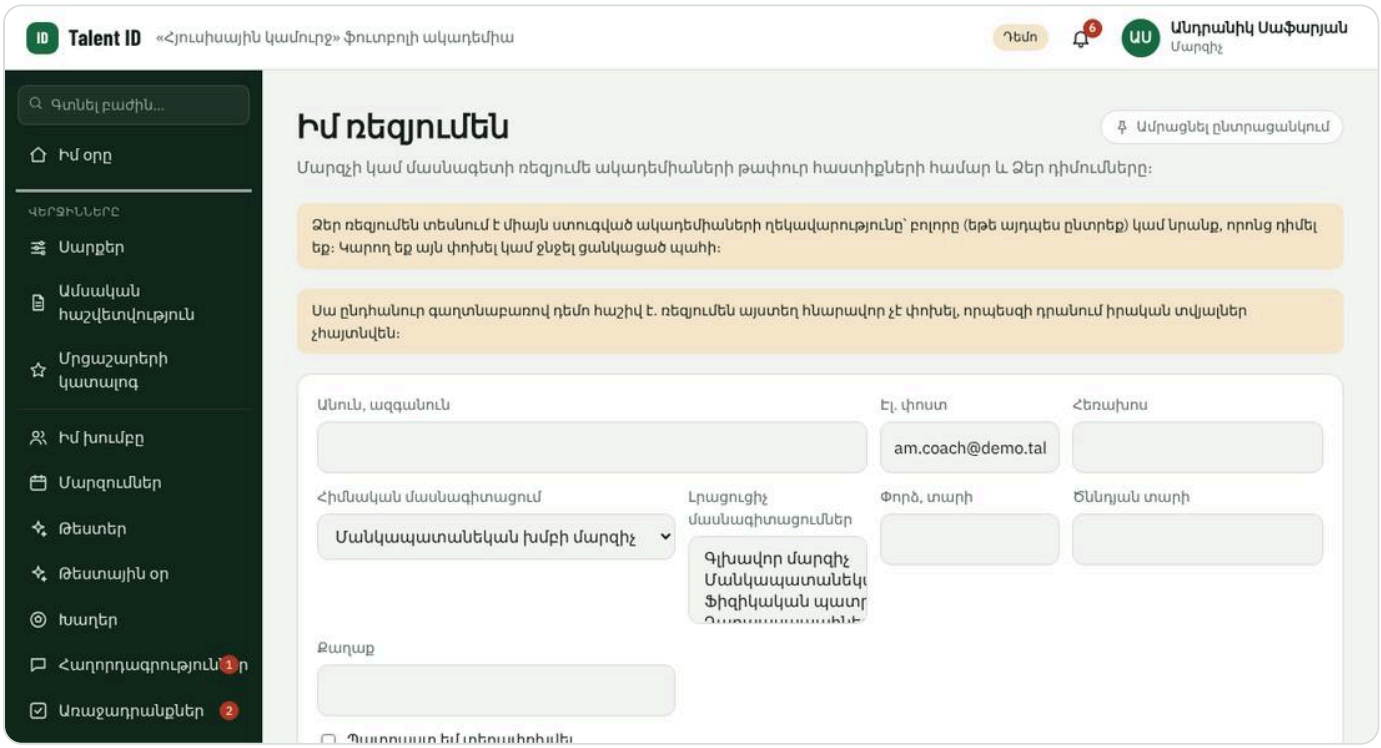
GPS-ի, պուլսաչափերի և ֆոտոդարպասների տվյալները բեռնվում են CSV ֆայլով կամ API-ով և հայտնվում խաղացողների պրոֆիլներում։



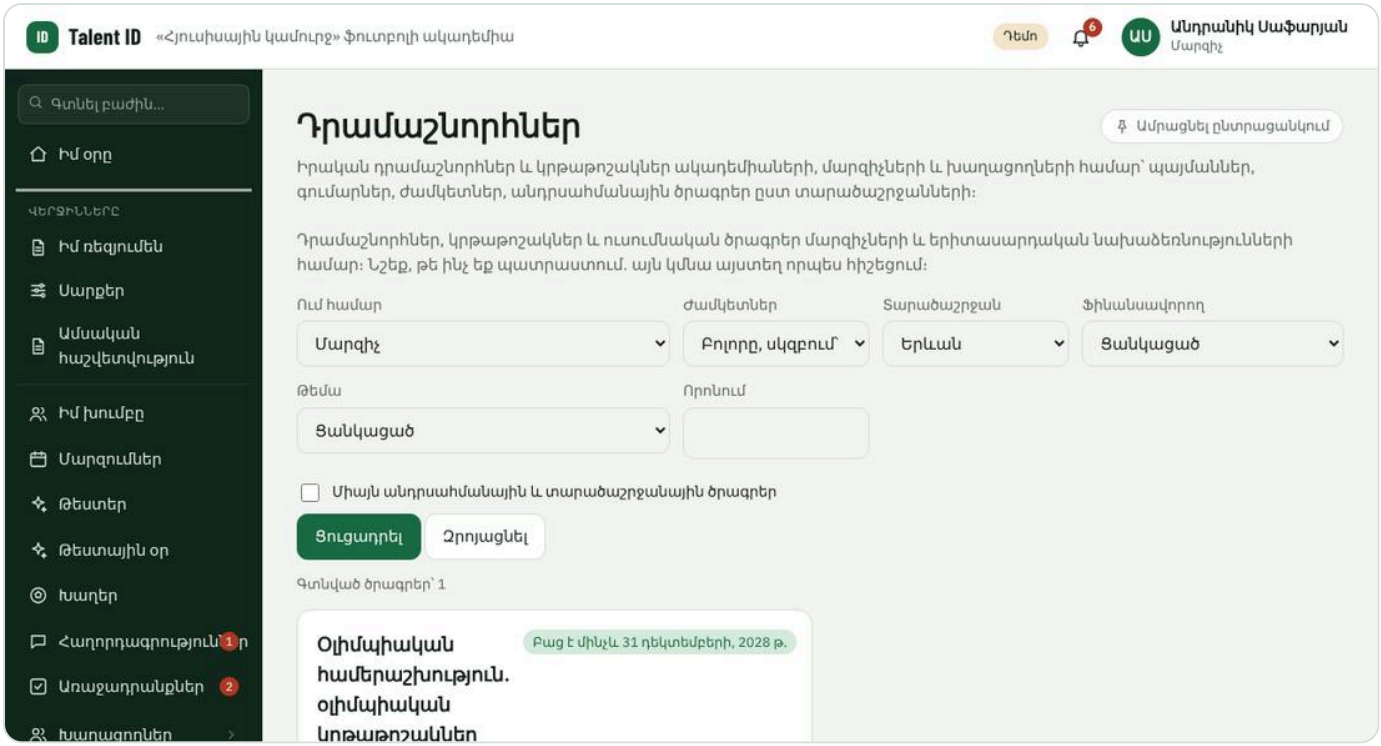
Սարքեր

5.8. Իմ ռեզյումեն և դրամաշնորհներ

- **«Իմ ռեզյումեն»**՝ Ձեր՝ որպես մարզչի, մասնագիտական պրոֆիլը ակադեմիաների թափուր հաստիքների համար և Ձեր դիմումները։
- **«Դրամաշնորհներ»**՝ իրական դրամաշնորհներ և կրթաթոշակներ, այդ թվում մարզիչների արտասահմանում ուսման համար։



Իմ ռեզյումեն



Դրամաշնորհներ