**VARASEMATE ÕPINGUTE JA TÖÖKOGEMUSE ARVESTAMISE ARUANNE**

Taotlejal tuleb esitada kirjalik sportlaskarjääri **analüüs** treeneri pilgu läbi vastates allolevatele küsimustele:

1. Taotleja nimi, kuupäev
2. Võistlemine rahvusvahelistel tiitlivõistlustel (U23EM, Euroopa võistkondlikud MV, EM ja MM/OM) ja Eesti meistrivõistlustel viimase 5 aasta jooksul:
	1. Võistluse nimetus ja ala
	2. Võistlustulemus ja koht
3. Treeningu üldistest põhimõtetest - treeningmahud ja -koormused erinevatel arenguetappidel.
4. Erinevate harjutuste (vastavalt alale) kasutamise analüüs.
5. Toitumine ja taastumisvahendite kasutamine.
6. Esimese treeneri roll sportlaskarjääri kujunemisel (õigete väärtushinnangute kujundamine).
7. Hilisemad treenerid, valikute tegemise põhjendused ja hinnang.