



Тренерская конференция УЕФА

Учебный план минимального
содержания курса: В-диплом УЕФА

Редакция 2020 г.



ПРОФИЛЬ ТРЕНЕРА

Обладатель В-лицензии УЕФА должен уметь обеспечить детским и взрослым командам и отдельным игрокам любительского уровня позитивный опыт, повышающий их результативность путем приобретения знаний и навыков, а также демонстрировать компетентность в перечисленных далее четырех областях.

Тренер

- » Работать с детьми и взрослыми в массовом и в элитном футболе
- » Развивать игроков и команду в соответствии с их возрастом и способностями
- » Управлять всеми аспектами индивидуальной и командной результативности, а также сотрудничать с техническим штабом
- » Разрабатывать четкие методики обучения с учетом потребностей всех игроков разного происхождения

Игрок и среда

- » Разрабатывать задачи обучения как для отдельных игроков, так и для всей команды
- » Понимать характеристики и позиции в игре и способствовать развитию игроков в команде, основываясь на соответствующем формате игры
- » Позволять игрокам исследовать и экспериментировать в поиске эффективных решений
- » Мотивировать игроков с помощью подходящих тренировок

Тренировочный процесс

- » Планировать и проводить способствующие развитию тренировки с учетом потребностей отдельных игроков, групп игроков и всей команды
- » Эффективно управлять группами игроков, тренировать и мотивировать их таким образом, чтобы добиться совершенствования их мастерства и технических результатов
- » Интегрировать аспекты физической результативности в свои тренировки
- » Оценивать игровое и социальное поведение игроков во время тренировок и игр

Матч

- » Разрабатывать эффективные планы, способствующие улучшению результатов команды
- » Тренировать команду надлежащим образом
- » Оценивать результаты отдельных игроков и всей команды во время матчей
- » Анализировать и переосмысливать результаты разными методами, чтобы обеспечить эффективную обратную связь для отдельных игроков и команды в целом

ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ

Тренер		
Компетенции	Модули	Количество учебных часов ¹
<ul style="list-style-type: none"> Понимать разницу в тренерской работе на любительском и элитном уровнях В качестве тренера придерживаться позитивной манеры поведения, например демонстрировать уважение к «фэйр-плей» и окружающим Тесно сотрудничать с тренерским штабом при разработке программы обучения Придерживаться философии клуба Придерживаться соответствующих ценностей, касающихся духа игры и спортивной этики 	Философия, ценности и взгляды	
<ul style="list-style-type: none"> Иметь представление о различных стилях преподавания и обучения (моделях тренерской работы) Применять различные стили преподавания в зависимости от ситуации Разрабатывать четкие методики обучения с учетом потребностей всех игроков Находить и исправлять ошибки с помощью различных методов тренерского вмешательства Постоянно подавать хороший пример в подходе к тренерской работе Ставить цели и задачи перед отдельными игроками и всей командой Эффективно взаимодействовать с игроками, техническим штабом и родителями 	Методика обучения: искусство тренерской деятельности	
Раздел курса, посвященный тренеру, должен содержать не менее 20 часов обучения, приближенного к реальности		

¹ Точное количество учебных часов в модулях курса определяется каждой стороной конвенции.

Игрок и среда		
Компетенции	Модули	Количество учебных часов
<ul style="list-style-type: none"> Знать любительскую футбольную среду и путь игрока от массового до элитного уровня Знать разные стадии обучения и понимать, как учатся игроки Понимать характеристики и требования позиций в игре и способствовать развитию игроков в команде, основываясь на соответствующем формате игры Составлять профили игроков для эффективного анализа результатов отдельных игроков Управлять различиями в команде Позволять игрокам исследовать и экспериментировать в поиске эффективных решений Быть активным участником клубной структуры с целью развития игроков и команды 	Знать игрока и среду	
<ul style="list-style-type: none"> Разрабатывать безопасные и эффективные интегрированные недельные планы тренировок с учетом базовых тренировочных принципов и физической нагрузки Исследовать физическую нагрузку разных типов футбольных тренировок Понимать, какие факторы увеличивают риск травмы, и демонстрировать способы снижения такого риска путем разработки безопасных и эффективных тренировок с отслеживанием нагрузки, разогревом и упражнениями переподготовки, а также демонстрировать разницу в преимуществах и недостатках между интегрированным и изолированным подходами к физической подготовке 	Физическое развитие	
<ul style="list-style-type: none"> Понимать основные психические качества, связанные с результативностью, и уметь ими управлять Оценивать игровое и социальное поведение игроков во время тренировок и игр 	Психологическое развитие	
<ul style="list-style-type: none"> Быть в курсе социальных проблем, связанных со злоупотреблением алкоголем и наркотиками Понимать значение социальных сетей их влияние на сплоченность и результативность команды в случае неправильного использования Развивая командный дух, создавать позитивную среду, в которой взаимодействие, самоконтроль и дисциплина очень важны для поддержки и сотрудничества с другими людьми Создавать приятную социальную среду с атмосферой открытости и целеустремленности путем позитивного взаимодействия с игроками, их семьями и техническим штабом 	Социальное развитие	
<ul style="list-style-type: none"> Создавать безопасную среду обучения Знать о потребностях и происхождении каждого отдельного игрока Понимать пользу хороших привычек для здоровья и результативности игроков (например, питание, увлажнение, сон) Знать принципы защиты детей и соответствующее законодательство² 	Забота и благополучие	
<p>Раздел курса, посвященный игрокам и среде, должен содержать не менее 20 часов обучения, приближенного к реальности</p>		

² Чтобы узнать больше о защите детей, см. Пакет по защите детей для национальных ассоциаций УЕФА.

Тренировочный процесс		
Компетенции	Модули	Количество учебных часов
<ul style="list-style-type: none"> • Применяя эффективные стили преподавания, выстраивать взаимодействие и связь с игроками согласно их возрасту и способностям • Разрабатывать разные технические и тактические занятия, способствующие постоянному развитию игроков и команды • Уметь использовать пространство и площадь в зависимости от количества игроков и понимать, как перегрузки (например, 3 против 2, 4 против 3) могут помочь в развитии способности игрока принимать решения 	Составление и содержание тренировок	
<ul style="list-style-type: none"> • Демонстрировать компетентность в кратко- и среднесрочном планировании • Планировать и проводить тренировки с учетом потребностей как отдельных игроков, так и всей команды • Уметь анализировать и совершенствовать техники обучения во время тренировок, подстраивая их под задачи и конкретные потребности группы • Анализировать и переосмысливать результаты, чтобы обеспечить эффективную обратную связь для игроков и команды • Использовать методы анализа матча и отдельных игроков, чтобы понять, как можно улучшить результаты • Составлять профили игроков и разрабатывать систему оценки для отслеживания индивидуальных и командных результатов 	Планирование, проведение и анализ	
<ul style="list-style-type: none"> • Мотивировать игроков с помощью эффективных и правильно подобранных тренировок • Вдохновлять игроков и команду своим позитивным поведением • Устанавливать достаточно высокие стандарты на поле и за его пределами и подавать хороший пример • Использовать различные стили управления • Создавать среду обучения путем надлежащего планирования и подготовки 	Мотивационный и учебный климат	
Тренировочный раздел курса должен содержать не менее 20 часов обучения, приближенного к реальности		

Матч		
Компетенции	Модули	Количество учебных часов
<ul style="list-style-type: none"> Готовить игроков и команду к матчам с четким пониманием ролей игроков и базовых требований позиций в разных форматах и системах игры Правильно подбирать команду для матча и руководить ею во время матча По возможности предоставлять всем игрокам состава равные возможности для игры 	Игроки	
<ul style="list-style-type: none"> Управлять результативностью посредством позитивных командных переговоров перед матчем, во время и после матча Анализировать и оценивать результативность отдельных игроков и всей команды, по возможности используя разные системы анализа Предоставлять вдохновляющую и эффективную обратную связь, вовлекая игроков и команду в учебную среду, чтобы улучшить результаты в будущем Уметь взаимодействовать с техническим штабом, который поддерживает участников матча 	Среда, связанная с матчем	
<ul style="list-style-type: none"> Приобретать профессиональный тренерский опыт, работая с разными форматами игры и матча (например, игра неполными составами, 11 против 11, футбольный турнир) 	Форматы игры	
Раздел курса, посвященный матчу, должен содержать не менее 20 часов обучения, приближенного к реальности		

Управляемый интерактивный контент без учета самообучения	Не менее 95 часов
Учебная практика в клубной среде ²	Не менее 25 часов
Минимальное количество часов обучения, приближенного к реальности	120 часов³

³ Минимальное количество учебных часов вне поля (теория и практика): 60.

Минимальное количество учебных часов на поле (практика), включая учебную практику: 60.

ОЦЕНИВАНИЕ

Формирующее и итоговое оценивание	
Теория. Тренер должен понимать и уметь объяснить следующее:	Практика. Тренер должен показать умение применять следующие принципы:
<ul style="list-style-type: none"> • Тренер <ul style="list-style-type: none"> » Уметь планировать и составлять тренировки согласно потребностям игроков и команды » Разрабатывать четкие методики обучения » Находить и исправлять ошибки с помощью различных методов тренерского вмешательства » Обдумывать и анализировать свои собственные результаты • Игрок и среда <ul style="list-style-type: none"> » Знать разные стадии обучения и понимать, как учатся игроки » Вдохновлять игроков и команду своим позитивным поведением » Понимать принципы характеристики и требования позиций в игре и способствовать развитию игроков в команде, основываясь на соответствующем формате игры » Оценивать поведение игроков во время игр и тренировок • Тренировочный процесс <ul style="list-style-type: none"> » Подготавливать и проводить различные технические и тактические занятия, способствующие постоянному развитию игроков и команды » Создавать позитивную среду обучения путем эффективного планирования и подготовки » Составлять профили игроков и разрабатывать систему оценки для отслеживания индивидуальных и командных результатов » Описывать базовое отслеживание нагрузки и управление ею » Демонстрировать разницу между интегрированным и изолированным подходами к физической подготовке • Матч <ul style="list-style-type: none"> » Готовить игроков и команду к матчам с четким пониманием ролей игроков и базовых требований позиций в разных форматах и системах игры » Управлять результативностью посредством позитивных командных переговоров перед матчем, во время и после матча » Анализировать и оценивать результативность, по возможности используя разные системы анализа » Предоставлять вдохновляющую и эффективную обратную связь, вовлекая игроков и команду в учебную среду, чтобы улучшить результаты в будущем 	
<p>Персональный журнал учета тренерской деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планировать и проводить безопасные и способствующие развитию тренировки • Анализировать и разбирать тренировки и матчи • Оценивать и анализировать самого себя, а затем адаптировать планирование и тренерскую работу. • Уметь работать с отдельными игроками и командой по всем аспектам их развития 	