



Тренерская конвенция УЕФА

Учебный план минимального содержания:
B-диплом УЕФА в детско-юношеском футболе

Редакция 2020 г.



ПРОФИЛЬ ТРЕНЕРА

Обладатель В-лицензии УЕФА в детско-юношеском футболе должен четко понимать, как следует развивать и тренировать потенциально талантливых молодых игроков, переходящих из массового или любительского футбола на элитный уровень, непосредственно перед началом и в период биологического созревания, а также демонстрировать компетентность в следующих четырех областях:

Тренер по развитию

- » Работать с игроками в период полового созревания, особенно во время пиковой скорости роста (наибольший скачок роста), когда программы тренировок нужно часто корректировать, чтобы снизить вероятность проблем, связанных с ростом
- » Работать с игроками разного культурного происхождения, возраста и уровня способностей
- » Тесно сотрудничать с техническим персоналом с целью развития потенциала игроков
- » Поощрять участие родителей и взаимодействие с ними

Игрок

- » Знать, как периодизировать и планировать правильное развитие игроков в рамках недельных и месячных программ
- » Играть ключевую роль в развитии отдельных членов команды, предоставляя каждому достаточную игровую практику
- » Уметь составлять планы личного развития для отдельных игроков

Тренировочная среда

- » Сосредоточиться на совершенствовании прежде всего игроков, а не команды в целом
- » Уметь управлять различиями в группе
- » Понимать процесс индивидуальных изменений физического развития игроков и уметь управлять им
- » Проводить тренировки, соответствующие потребностям и возрасту игроков
- » Работать над развитием отдельных игроков и команды, четко понимая, как строить тренировочные занятия и как это влияет на спортивные результаты
- » Понимать техническое и тактическое развитие игроков и проблемы, связанные с их возрастом, ростом и зрелостью
- » Уметь планировать, проводить и анализировать тренировки

Матч

- » Переносить наработки с тренировок в матчи в конструктивном и позитивном ключе
- » Ориентироваться на принцип развития, а не на формирование психологии победителей в команде
- » Обеспечивать равное количество игрового времени
- » Рассматривать матч как инструмент оценивания и обучения
- » Понимать группы поддержки каждого игрока и взаимодействовать с ними

ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ

Тренер по развитию		
Компетенции	Модули	Количество учебных часов ¹
<ul style="list-style-type: none"> Понимать роль тренера по развитию Сохранять позитивный настрой во всех аспектах своего поведения как на поле, так и за его пределами Создавать позитивную среду обучения и четко понимать, как добиться качественного выступления 	Философия, ценности и взгляды	
<ul style="list-style-type: none"> Понимать разные стили преподавания и обучения (модели тренерской работы) и то, как нужно работать в тренировочном континууме Тренировать команду/игроков в соответствии с возрастом игроков, четко понимая, как управлять различиями в данной группе Придерживаться подхода, который направлен прежде всего на развитие качеств игроков, а не на победы 	Методика обучения: искусство тренерской деятельности	
<ul style="list-style-type: none"> Эффективно взаимодействовать с тренерским штабом и другим техническим персоналом в процессе развития игроков Общаться с родителями и вовлекать их в процесс развития игроков 	Сотрудничество	
Раздел курса, посвященный тренеру по развитию, должен содержать не менее 10 часов обучения, приближенного к реальности		

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

Игрок		
Компетенции	Модули	Количество учебных часов
<ul style="list-style-type: none"> • Ставить и постоянно пересматривать цели для отдельных игроков в соответствии с их способностями, а также биологическим, календарным и тренировочным возрастом • Ставить и постоянно пересматривать цели для команд разных возрастов и уровней способностей 	Знание игроков	
<ul style="list-style-type: none"> • Понимать, как выявить потенциальный талант • Понимать, из чего складывается талантливый игрок • Постоянно содействовать клубным планам по развитию талантов • Принимать участие в разработке и реализации клубной программы развития талантов • Сотрудничать со всеми, кто причастен к процессу выявления талантов 	Выявление и набор талантливых игроков	
<ul style="list-style-type: none"> • Понимать сложности роста и созревания игроков и влияние этих факторов на их физическую работоспособность • Понимать принципы физической подготовки, заботы и благополучия • Оценивать тренировочные нагрузки, восстановление и тесты физподготовки, чтобы составить безопасную и сбалансированную программу физической подготовки • Улучшать общую физическую форму игроков: скорость, силу, взрывную силу и выносливость 	Физическое развитие	
<ul style="list-style-type: none"> • Применять базовые инструменты и методы повышения уверенности и самооценки игроков • Понимать влияние на отдельных игроков таких факторов, как зрелость и относительный возраст • Сознать такие внешние влияния, как давление со стороны родителей и агентов либо легкие наркотики, которые влекут негативное поведение и сказываются на индивидуальных и командных выступлениях • Прививать игрокам установку на развитие с такими ее элементами, как любознательность, тяга к обучению, целеустремленность, самоотдача, психологическая устойчивость и самоконтроль 	Психологическое развитие	
<ul style="list-style-type: none"> • Формировать правильную командную этику через позитивное поведение, поступки и общение • Эффективно общаться с разными игроками, людьми и техническим персоналом в разных ситуациях с целью постоянного контроля прогресса игроков • Понимать сложности, связанные с социальными сетями, и их влияние на молодежь 	Социальное развитие	
<p>Раздел курса, посвященный игроку, должен содержать не менее 10 часов обучения, приближенного к реальности</p>		

Тренировочная среда		
Компетенции	Модули	Количество учебных часов
<ul style="list-style-type: none"> Управлять различиями в группе (команде) с помощью правильного тренировочного процесса Понимать технические, тактические и физические требования для развития игроков и улучшения спортивных результатов Разрабатывать тренировочные занятия с нацеленностью на принятие решений, подкрепленное применением игроками их технических способностей Разрабатывать тренировочные занятия, развивающие понимание игры и того, как это влияет на биомеханику и двигательный контроль 	Построение и содержание тренировочных занятий	
<ul style="list-style-type: none"> Понимать, как составлять индивидуальные планы подготовки Понимать принципы периодизации – индивидуальной и командной Готовить тренировки команды с акцентом на потребности отдельных игроков Определять четкие задачи тренировок, понимая при этом различия в воздействии разных видов тренировок Уметь готовить, проводить и анализировать тренировки как индивидуально, так и с техническим персоналом 	Планирование, проведение и анализ	
<ul style="list-style-type: none"> Применять разные стили управления в соответствии с возрастом игроков Давать игрокам возможность погрузиться в процесс самопознания – в среде, где за ошибки не наказывают На тренировках мотивировать и вдохновлять игроков, помогать им выдавать свой максимум Постоянно анализировать и переосмысливать тренировочный процесс, чтобы улучшить спортивные результаты отдельных игроков и команды 	Учебная атмосфера	
<ul style="list-style-type: none"> Обеспечивать благополучие игроков Заниматься профилактикой травматизма Знать основы первой медицинской помощи Знать принципы защиты детей и соответствующее законодательство² Знать кодекс поведения клуба или организации и действовать соответствующим образом 	Забота и благополучие	
<p>Раздел курса, посвященный тренировочной среде, должен содержать не менее 10 часов обучения, приближенного к реальности</p>		

² Если вам нужно больше информации о защите детей, смотрите Пакет по защите детей для национальных ассоциаций УЕФА.

Матч		
Компетенции	Модули	Количество учебных часов
<ul style="list-style-type: none"> Понимать роли игроков в команде, избегать их преждевременного распределения по позициям (амплуа), особенно в возрасте от 11 до 13 лет Предоставлять игрокам равные возможности для тренировок и матчей в зависимости от их потребностей Поддерживать стремление игроков к самостоятельности, вовлекать их в процесс принятия решений и разрешения проблем 	Игроки	
<ul style="list-style-type: none"> Понимать различия и принципы перехода от игр в усеченных составах (например, 8 на 8) к формату 11 на 11 Знать разные форматы игры, чтобы предоставлять каждому участнику значительные объемы игрового времени и практики 	Форматы игры	
<ul style="list-style-type: none"> Демонстрировать устоявшуюся манеру поведения в игровой день в соответствии с учебной средой Готовить отдельных игроков и команду к матчам в сотрудничестве с техническим штабом Уметь всегда руководить командой во время матчей в позитивной манере и с учетом возраста игроков Уметь анализировать и оценивать выступление своих игроков и команды в сотрудничестве с техническим штабом 	Среда, связанная с матчем	
Раздел курса, посвященный матчу, должен содержать не менее 10 часов обучения, приближенного к реальности		

Управляемый интерактивный контент без учета самообучения		Не менее 50 часов
Учебная практика		Не менее 10 часов
Мин. количество часов обучения, приближенного к реальности		60³ часов
Учебные визиты ⁴		

³ Учебных часов на выполнение теоретических и практических разделов вне поля: не менее 30.
Учебных часов на выполнение практических разделов на поле, включая учебную практику: не менее 30.

⁴ Учебные визиты в среду элитного детско-юношеского футбола рекомендуются, если курс проводится не в такой среде либо участники не работают в данном секторе. Количество часов учебного визита идут в дополнение к минимальному требованию в 60 учебных часов.

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 по развитию <ul style="list-style-type: none"> » Создание правильной учебной атмосферы » Использование надлежащей методики тренерской деятельности » Сотрудничество с тренерским штабом и другим техническим персоналом • Игрок <ul style="list-style-type: none"> » Понимание процесса выявления потенциально талантливых игроков » Понимание сложностей роста и созревания, а также влияния этих факторов на физическое, психологическое и социальное развитие молодежи » Постановка целей с акцентом на процесс развития отдельных игроков • Тренировочная среда <ul style="list-style-type: none"> » Планирование тренировочных занятий с упором на принятие решений, связанное с развитием как отдельных игроков, так и команды » Построение тренировочных занятий с учетом различий (например, относительный возраст, созревание) » Анализ и оценивание тренировок в рамках учебной атмосферы • Матч <ul style="list-style-type: none"> » Демонстрация устоявшейся манеры поведения в игровой день в соответствии с учебной атмосферой » Поддержка самостоятельности игроков, вовлечение их в процесс принятия решений и разрешения проблем » Анализ выступлений как отдельных игроков, так и команды 	
<p>Персональный журнал учета тренерской деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планирование и проведение безопасных и соответствующих возрасту игроков тренировок и матчей • Анализ и разбор тренировок и матчей • Самооценивание, рефлексия и способность должным образом адаптировать будущие действия в отношении планирования и тренировочного процесса • Способность последовательно работать с игроками по всем аспектам их индивидуального развития 	