



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

<sup>1</sup> Точное количество учебных часов в модулях курса определяется каждой стороной конвенции.

Игрок		
Компетенции	Модули	Количество учебных часов
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ставить и постоянно пересматривать цели для отдельных игроков в соответствии с их способностями, а также биологическим, календарным и тренировочным возрастом</li> <li>• Ставить и постоянно пересматривать цели для команд разных возрастов и уровней способностей</li> </ul>	Знание игроков	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Понимать, как выявить потенциальный талант</li> <li>• Понимать, из чего складывается талантливый игрок</li> <li>• Постоянно содействовать клубным планам по развитию талантов</li> <li>• Принимать участие в разработке и реализации клубной программы развития талантов</li> <li>• Сотрудничать со всеми, кто причастен к процессу выявления талантов</li> </ul>	Выявление и набор талантливых игроков	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Понимать сложности роста и созревания игроков и влияние этих факторов на их физическую работоспособность</li> <li>• Понимать принципы физической подготовки, заботы и благополучия</li> <li>• Оценивать тренировочные нагрузки, восстановление и тесты физподготовки, чтобы составить безопасную и сбалансированную программу физической подготовки</li> <li>• Улучшать общую физическую форму игроков: скорость, силу, взрывную силу и выносливость</li> </ul>	Физическое развитие	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Применять базовые инструменты и методы повышения уверенности и самооценки игроков</li> <li>• Понимать влияние на отдельных игроков таких факторов, как зрелость и относительный возраст</li> <li>• 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</li> <li>• Прививать игрокам установку на развитие с такими ее элементами, как любознательность, тяга к обучению, целеустремленность, самоотдача, психологическая устойчивость и самоконтроль</li> </ul>	Психологическое развитие	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать правильную командную этику через позитивное поведение, поступки и общение</li> <li>• Эффективно общаться с разными игроками, людьми и техническим персоналом в разных ситуациях с целью постоянного контроля прогресса игроков</li> <li>• Понимать сложности, связанные с социальными сетями, и их влияние на молодежь</li> </ul>	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"> <li>Управлять различиями в группе (команде) с помощью правильного тренировочного процесса</li> <li>Понимать технические, тактические и физические требования для развития игроков и улучшения спортивных результатов</li> <li>Разрабатывать тренировочные занятия с нацеленностью на принятие решений, подкрепленное применением игроками их технических способностей</li> <li>Разрабатывать тренировочные занятия, развивающие понимание игры и того, как это влияет на биомеханику и двигательный контроль</li> </ul>	Построение и содержание тренировочных занятий	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Понимать, как составлять индивидуальные планы подготовки</li> <li>Понимать принципы периодизации – индивидуальной и командной</li> <li>Готовить тренировки команды с акцентом на потребности отдельных игроков</li> <li>Определять четкие задачи тренировок, понимая при этом различия в воздействии разных видов тренировок</li> <li>Уметь готовить, проводить и анализировать тренировки как индивидуально, так и с техническим персоналом</li> </ul>	Планирование, проведение и анализ	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Применять разные стили управления в соответствии с возрастом игроков</li> <li>Давать игрокам возможность погрузиться в процесс самопознания – в среде, где за ошибки не наказывают</li> <li>На тренировках мотивировать и вдохновлять игроков, помогать им выдавать свой максимум</li> <li>Постоянно анализировать и переосмысливать тренировочный процесс, чтобы улучшить спортивные результаты отдельных игроков и команды</li> </ul>	Учебная атмосфера	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Обеспечивать благополучие игроков</li> <li>Заниматься профилактикой травматизма</li> <li>Знать основы первой медицинской помощи</li> <li>Знать принципы защиты детей и соответствующее законодательство<sup>2</sup></li> <li>Знать кодекс поведения клуба или организации и действовать соответствующим образом</li> </ul>	Забота и благополучие	
Раздел курса, посвященный тренировочной среде, должен содержать не менее 10 часов обучения, приближенного к реальности		

<sup>2</sup> 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"> <li>Понимать роли игроков в команде, избегать их преждевременного распределения по позициям (амплуа), особенно в возрасте от 11 до 13 лет</li> <li>Предоставлять игрокам равные возможности для тренировок и матчей в зависимости от их потребностей</li> <li>Поддерживать стремление игроков к самостоятельности, вовлекать их в процесс принятия решений и разрешения проблем</li> </ul>	Игроки	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Понимать различия и принципы перехода от игр в усеченных составах (например, 8 на 8) к формату 11 на 11</li> <li>Знать разные форматы игры, чтобы предоставлять каждому участнику значительные объемы игрового времени и практики</li> </ul>	Форматы игры	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Демонстрировать устоявшуюся манеру поведения в игровой день в соответствии с учебной средой</li> <li>Готовить отдельных игроков и команду к матчам в сотрудничестве с техническим штабом</li> <li>Уметь всегда руководить командой во время матчей в позитивной манере и с учетом возраста игроков</li> <li>Уметь анализировать и оценивать выступление своих игроков и команды в сотрудничестве с техническим штабом</li> </ul>	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		<b>60<sup>3</sup> часов</b>
Учебные визиты <sup>4</sup>		

<sup>3</sup> 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.

<sup>4</sup> 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"> <li>• <b>Тренер по развитию</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Создание правильной учебной атмосферы</li> <li>» Использование надлежащей методики тренерской деятельности</li> <li>» Сотрудничество с тренерским штабом и другим техническим персоналом</li> </ul> </li> <li>• <b>Игрок</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Понимание процесса выявления потенциально талантливых игроков</li> <li>» Понимание сложностей роста и созревания, а также влияния этих факторов на физическое, психологическое и социальное развитие молодежи</li> <li>» Постановка целей с акцентом на процесс развития отдельных игроков</li> </ul> </li> <li>• <b>Тренировочная среда</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Планирование тренировочных занятий с упором на принятие решений, связанное с развитием как отдельных игроков, так и команды</li> <li>» Построение тренировочных занятий с учетом различий (например, относительный возраст, созревание)</li> <li>» Анализ и оценивание тренировок в рамках учебной атмосферы</li> </ul> </li> <li>• <b>Матч</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Демонстрация устоявшейся манеры поведения в игровой день в соответствии с учебной атмосферой</li> <li>» Поддержка самостоятельности игроков, вовлечение их в процесс принятия решений и разрешения проблем</li> <li>» Анализ выступлений как отдельных игроков, так и команды</li> </ul> </li> </ul>	
<p><b>Персональный журнал учета тренерской деятельности</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Планирование и проведение безопасных и соответствующих возрасту игроков тренировок и матчей</li> <li>• Анализ и разбор тренировок и матчей</li> <li>• Самооценивание, рефлексия и способность должным образом адаптировать будущие действия в отношении планирования и тренировочного процесса</li> <li>• Способность последовательно работать с игроками по всем аспектам их индивидуального развития</li> </ul>	