

**ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
СПОРТИВНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ПО ФУТБОЛУ
«РОССИЙСКИЙ ФУТБОЛЬНЫЙ СОЮЗ»**

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный секретарь РФС

М.Л. Митрофанов

«*10*» *октября* 202*2*г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

«ТРЕНЕР ПО ФУТБОЛУ МЕЖДУНАРОДНОЙ КАТЕГОРИИ «В-УЕФА»

**Москва
2022**

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№ п/п	Наименование разделов, модулей, тем	Трудоемкость	Объем ауд. часов			Занятия с использованием ДОТ	Самостоятельная работа	Форма контроля
		в часах	всего ауд. часов	лекции	практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Модуль 1. Тренер	22	16	4	12	2	4	
1.1.	Введение в лицензию В-УЕФА	2	0	0	0	2	0	Презентация
1.2.	Философия, ценности и взгляды	8	4	2	2	0	4	Презентация/ Дискуссия
1.3.	Методика обучения: искусство тренерской деятельности	12	12	2	10	0	0	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
2.	Модуль 2. Игрок и среда	46	30	18	12	2	14	
2.1.	Физическое развитие. Забота и благополучие. Понимание процесса развития игрока в этой среде.	38	24	12	12	0	14	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
2.2.	Психологическое и социальное развитие	6	6	6	0	0	0	Презентация/ Дискуссия
2.3.	Физическая подготовка	2	0	0	0	2	0	Презентация/ Дискуссия
3.	Модуль 3. Тренировочный процесс	54	24	10	14	2	28	
3.1.	Составление и содержание тренировок	26	12	4	8	0	14	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
3.2.	Планирование, проведение и анализ	24	10	4	6	0	14	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
3.3.	Мотивационный и учебный климат	2	2	2	0	0	0	Дискуссия
3.4.	Структура тренировочного занятия. Игровые схемы и их различия	2	0	0	0	2	0	Презентация/ Дискуссия

№ п/п	Наименование разделов, модулей, тем	Трудоемкость	Объем ауд. часов			Занятия с использованием ДОТ	Самостоятельная работа	Форма контроля
		в часах	всего ауд. часов	лекции	практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.	Модуль 4. Матч	30	8	4	4	4	18	
4.1.	Игроки	16	4	2	2	0	12	Анализ матча и тренировочных занятий
4.2.	Среда, связанная с матчем	10	4	2	2	0	6	Анализ матча и тренировочных занятий
4.3.	Форматы игры. Правила игры	2	0	0	0	2	0	Презентация/ Дискуссия
4.4.	Тактическая подготовка. Роли игроков в тактических схемах.	2	0	0	0	2	0	Презентация/ Дискуссия
5.	Итоговая аттестация. Формирующая оценка.	8	8	0	8	0	0	Межмодульные задания / Собеседование/ письменный тест
	ВСЕГО:	160	86	36	50	10	64	

Рабочая программа модуля 1. «Тренер»

Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Аудиторные занятия	16
Лекции	4
Практические занятия	10
Занятия с использованием дистанционных образовательных технологий	2
Самостоятельная работа	4

Содержание модуля

Наименование разделов, модулей, тем	Содержание	Объем часов
Лекции		4
1.2. Философия, ценности и взгляды	Разница в тренерской работе на любительском и элитном уровнях. Позитивная манера поведения, в том числе уважение к «фэйр-плей». Сотрудничество с тренерским штабом при разработке программы обучения. Соблюдение ценностей, касающихся духа	2

	игры и спортивной этики, философии футбольного клуба	
1.3. Методика обучения: искусство тренерской деятельности	Стили преподавания и обучения (моделях тренерской работы). Методики обучения с учетом потребностей игроков. Ошибки с помощью различных методов тренерского вмешательства. Создание хорошего примера в подходе к тренерской работе. Цели и задачи перед отдельными игроками и всей командой в целом. Эффективное взаимодействие с игроками, техническим штабом и родителями	2
Лекции с использование дистанционных образовательных технологий		2
1.1. Введение в лицензию В-UEFA	Ознакомление с требованиями к тренерской лицензии	2
Практические занятия		12
Анализ проведения тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	12
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	
Самостоятельная работа		4
Презентация	Выполнение домашнего задания	4
Общая трудоемкость		30

Рабочая программа модуля 2. «Игрок и среда»

Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Аудиторные занятия	32
Лекции	22
Практические занятия	10
Лекции с использование дистанционных образовательных технологий	2
Самостоятельная работа	14

Содержание модуля

Наименование разделов, модулей, тем	Содержание	Объем часов
Лекции		30
2.1. Физическое развитие. Забота и благополучие. Понимание процесса развития игрока в этой среде	Безопасные и эффективные интегрированные недельные планы тренировок с учетом базовых тренировочных принципов и физической нагрузки. Физическая нагрузка разных типов футбольных тренировок. Факторы, увеличивающие риск травмы, и способы снижения такого риска путем разработки безопасных и эффективных тренировок с отслеживанием нагрузки, разогревом и упражнениями переподготовки. Разница в преимуществах и недостатках между интегрированным и изолированным подходами к физической подготовке	30

	Безопасная среда обучения. Потребности каждого отдельного игрока. Польза хороших привычек для здоровья и результативности (питание, сон). Принципы защиты детей и соответствующее законодательство. Любительская футбольная среда и путь игрока от массового до элитного уровня. Стадии обучения и учебный процесс. Характеристики и требования позиций в игре и развитие игроков в команде, основанное на соответствующем формате игры. Профили игроков для эффективного анализа результатов игроков. Различиями в команде. Эксперименты в поиске эффективных решений. Быть активным участником клубной структуры с целью развития игроков и команды	
2.2. Психологическое и социальное развитие	Основные психические качества, связанные с результативностью и умение ими управлять. Игровое и социальное поведение игроков во время тренировок и игр. Социальные проблемы, связанные со злоупотреблением алкоголем и наркотиками. Социальные сети и их влияние на сплоченность и результативность команды в случае неправильного использования. Создание позитивной среды, развитие командного духа. Атмосфера открытости и целеустремленности путем позитивного взаимодействия с игроками, их семьями и техническим штабом	6
Лекции с использованием дистанционных образовательных технологий		2
2.3. Физическая подготовка	Физическая нагрузка разных типов футбольных тренировок. Факторы, увеличивающие риск травмы, и способы снижения такого риска путем разработки безопасных и эффективных тренировок с отслеживанием нагрузки, разогревом и упражнениями переподготовки	2
Практические занятия		12
Анализ проведения тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	12
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	
Самостоятельная работа		14
Презентация	Выполнение домашнего задания	14
Общая трудоемкость		46

Рабочая программа модуля 3. «Тренировочный процесс»

Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Аудиторные занятия	24
Лекции	10
Практические занятия	14

Занятия с использованием дистанционных образовательных технологий	2
Самостоятельная работа	28
Общая трудоемкость	54

Содержание модуля

Наименование разделов, модулей, тем	Содержание	Объем часов
Лекции		10
3.1. Составление и содержание тренировок	Эффективные стили преподавания. Взаимодействие и связь с игроками согласно их возрасту и способностям. Технические и тактические занятия, способствующие постоянному развитию игроков и команды. Соотношение пространство и площадь в зависимости от количества игроков. Значение перегрузки в развитии способности игрока принимать решения	4
3.2. Планирование, проведение и анализ	Компетентность в кратко- и среднесрочном планировании. Планирование и проведение тренировок с учетом потребностей как отдельных игроков, так и команды в целом. Техники обучения во время тренировок. Анализ результатов для обеспечения эффективной обратной связи для игроков и команды. Методы анализа матча и отдельных игроков. Система оценки профилей игроков для отслеживания индивидуальных и командных результатов	4
3.3. Мотивационный и учебный климат	Мотивация игроков с помощью эффективных и правильно подобранных тренировок. Вдохновение игроков и команды своим позитивным поведением. Высокие стандарты на поле и за его пределами. Различные стили управления. Создание среды обучения путем надлежащего планирования и подготовки	2
Лекции с использование дистанционных образовательных технологий		2
3.4. Структура тренировочного занятия. Игровые схемы и их различия.	Структура и принципы тренировочного занятия в учебно-тренировочном процессе. Компоненты нагрузки. Различные игровые схемы и главные различия между ними.	2
Практические занятия		14
Анализ проведения тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	14
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	
Самостоятельная работа		28
Презентация	Выполнение домашнего задания	28
Общая трудоемкость		54

Рабочая программа модуля 4. «Матч»

Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Аудиторные занятия	8
Лекции	4
Практические занятия	4
Занятия с использованием дистанционных образовательных технологий	4
Самостоятельная работа	18

Содержание модуля

Наименование разделов, модулей, тем	Содержание	Объем часов
Лекции		24
4.1. Игроки	Подготовка игроков и команды к матчам с четким пониманием ролей и базовых требований позиций в разных форматах и системах игры. Правильная подборка команды для матча и руководство ею во время матча. Предоставление всем игрокам равных возможностей для игры	14
4.2. Среда, связанная с матчем	Управление результативностью посредством позитивных командных переговоров перед матчем, во время и после матча. Анализ и оценка результативности отдельных игроков и команды в целом. Эффективная обратная связь. Взаимодействие с техническим штабом	8
Лекции с использованием дистанционных образовательных технологий		4
4.3. Форматы игры. Правила игры.	Приобретение профессионального тренерского опыта, работая с разными форматами игры и матча (игра неполными составами, 11 против 11, футбольный турнир). Правила игры	2
4.4. Тактическая подготовка. Роли игроков в тактических схемах.	Тактическая подготовка. Индивидуальная, командная и групповая тактики. Роли и требования к позициям игроков на футбольном поле в различных игровых схемах	2
Практические занятия		4
Анализ матча и тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	4
Самостоятельная работа		18
Презентация	Выполнение домашнего задания	18
Анализ матча и тренировочных занятий	Выполнение домашнего задания	
Общая трудоемкость		30

Календарный учебный график

Календарный учебный график составляется при сформированной группе с учетом уровня их подготовки. График отражает периоды лекционных и практических занятий, проведение текущей и итоговой аттестаций.

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Название модулей	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов
__._.202__	__._.202__	Модуль 1. Тренер	3-4	22
__._.202__	__._.202__	Модуль 2. Игрок и среда	6-7	46
__._.202__	__._.202__	Модуль 3. Тренировочный процесс	7-8	54
__._.202__	__._.202__	Модуль 4. Матч	4-5	30
__._.202__	__._.202__	Итоговая аттестация	2-4	8

ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценочные средства текущего контроля

Оценка теоретических знаний и практических умений слушателей (тренеров) проводится в виде текущего контроля освоения учебного материала по темам программы.

Форма оценки – индивидуальная и/или групповая (работа в микро-группе). После прохождения каждой темы слушатель (тренер) должен получить положительную оценку (зачет). Каждый слушатель (тренер) обязан получить положительную оценку за все теоретические и практические задания, что будет отражено в формирующей оценке. В противном случае он не допускается к итоговой аттестации.

Оценочные средства текущего контроля теоретических знаний

1. Дискуссия, которая проводится на учебном занятии путем обмена мнениями. Оценивается логичность суждений, умение убедить в правоте своего мнения, методический подход; объем знаний по изучаемому разделу учебной программы; эмоционально-поведенческий компонент.

2. Разработка портфолио, включающего в себя в том числе план-конспект тренировочного занятия. В нем отражаются задачи занятия (образовательные, воспитательные, оздоровительные), средства (упражнения), применяемые для реализации этих задач в каждой части занятия, методические рекомендации – помогающие более эффективно использовать основные средства.

3. Презентация. Выполнение задания по теме занятия и/или домашнего задания по теме занятия (в свободной форме).

Оценочные средства текущего контроля практических умений и навыков

1. Анализ матча и/или проведения практического тренировочного занятия. Занятие направлено на сопоставление выдвинутых задач с достигнутыми результатами. Цель анализа заключается в выявлении методов и приемов организации деятельности тренера-преподавателя

и спортсмена на учебно-тренировочном занятии, эффективности содержания учебно-тренировочного процесса, которые приводят или не приводят к позитивным результатам.

Оценочные средства итогового контроля

К итоговой аттестации допускаются слушатели (тренеры), в полном объеме выполнившие учебный план.

Итоговая аттестация по программе включает в себя итоговое тестирование и портфолио, состоящее из межмодульных заданий.

1. Итоговое тестирование. Примеры заданий итогового тестирования могут варьироваться (Приложение № 1).

2. Портфолио состоит из следующих межмодульных заданий:

– Самооценка до и после курса (представить заполненную анкету в электронном виде);
– Самостоятельная работа во время очных занятий (наблюдение, подготовка / проведение тренировочного занятия);

– Просмотр и анализ 3-х игр формата 11 против 11 (любительский или детско-юношеский уровень). Создать профили игроков и подготовить план индивидуального развития на один месяц (по линиям; 4 амплуа).

– Обратная связь после каждого модуля.

– Подготовить видео тренировочных занятий по конспекту:

- две технико-тактические тренировки;
- две тренировки по физической подготовке;
- одна тренировка с технико-тактической и физической задачей.

Тренировочные занятия должны быть засняты на видеокамеру в полном формате. Обязательно наличие план-конспектов каждого тренировочного занятия).

– Обратная связь после каждого модуля. Философия.

Материалы по портфолио должны быть подготовлены в электронном виде в формате Word, Power Point. Все материалы с указанием Ф.И.О слушателя (тренера) и лицензии присылаются одновременно на электронную почту Академии РФС b-uefa@rfs.ru.

По итогам изучения и анализа предоставленных материалов аттестационная комиссия Академии РФС вынесет решение о профессиональном соответствии и целесообразности выдачи соответствующей тренерской лицензии.

Итоговое тестирование

ФИО: _____

Задание 1:

Опишите основные принципы постепенной атаки:

Задание 2:

Опишите основные задачи и требования к игре (оборона, атака, переходы) у центрального нападающего в игровой схеме **1-5-4-1**.

Какие навыки и качества он должен иметь (техника, тактика, физические, психологические)?
