

УТВЕРЖДЕНА

Приказом Генерального секретаря
Общероссийской общественной организации
спортивной федерации по футболу
«Российский футбольный союз»

«*Октябрь*» 2023 г. № *154/12*



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«ТРЕНЕР ПО ФУТБОЛУ МЕЖДУНАРОДНОЙ КАТЕГОРИИ
«В-УЕФА ТРЕНЕР ВРАТАРЕЙ»**

Москва
2023

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№ п/п	Наименование модулей, тем	Трудоемкость	Объем ауд. часов			Занятия с использованием ДОТ	Самостоятельная работа	Форма контроля
		в часах	всего ауд. часов	лекционные занятия	практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Модуль 1. Тренер	28	22	10	12	2	4	
1.1.	Тема 1.1. Введение в Программу	2	0	0	0	2	0	Презентация
1.2.	Тема 1.2. Философия, ценности и взгляды	10	6	4	2	0	4	Презентация/ Дискуссия
1.3.	Тема 1.3. Методика обучения: искусство тренерской деятельности	16	16	6	10	0	0	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
2.	Модуль 2. Игрок и среда	26	20	8	12	0	6	
2.1.	Тема 2.1. Физическое развитие. Забота и благополучие. Понимание процесса развития игрока в этой среде	22	18	6	12	0	4	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
2.2.	Тема 2.2. Психологическое и социальное развитие	4	2	2	0	0	2	Презентация/ Дискуссия
3.	Модуль 3. Тренировочный процесс	48	32	12	20	0	16	
3.1.	Тема 3.1. Составление и содержание тренировок	22	16	6	10	0	6	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия
3.2.	Тема 3.2. Планирование, проведение и анализ	24	14	4	10	0	10	Презентация/ Дискуссия/ Анализ проведения тренировочного занятия

№ п/п	Наименование модулей, тем	Трудоемкость	Объем ауд. часов			Занятия с использованием ДОТ	Самостоятельная работа	Форма контроля
		в часах	всего ауд. часов	лекционные занятия	практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.3.	Тема 3.3. Мотивационный и учебный климат	2	2	2	0	0	0	Дискуссия
4.	Модуль 4. Матч	22	14	8	6	0	8	
4.1.	Тема 4.1. Игроки	12	8	4	4	0	4	Анализ матча и тренировочных занятий
4.2.	Тема 4.2. Среда, связанная с матчем	8	4	2	2	0	4	Анализ матча и тренировочных занятий
4.3.	Тема 4.3. Форматы игры	2	2	2	0	0	0	Презентация/ Дискуссия
5.	Итоговая аттестация	6	6	0	6	0	0	Итоговое тестирование / Портфолио
	ВСЕГО:	130	94	38	56	2	34	

Рабочая программа модуля 1 «Тренер»

Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Лекционные занятия	10
Практические занятия	12
Занятия с использованием ДОТ	2
Самостоятельная работа	4
Общая трудоемкость	28

Содержание модуля

Наименование тем	Содержание	Объем часов
Лекционные занятия		10
Тема 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	4

	игры и спортивной этики, философии футбольного клуба	
Тема 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, вратарями и всей командой в целом. Эффективное взаимодействие с игроками, вратарями, техническим штабом и родителями	6
Лекционные занятия с использованием ДОТ		2
Тема 1.1. Введение в Программу	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	10
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	2
Самостоятельная работа		4
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	4
Общая трудоемкость		28

Рабочая программа модуля 2 «Игрок и среда»

Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Лекционные занятия	8
Практические занятия	12
Самостоятельная работа	6
Общая трудоемкость	26

Содержание модуля

Наименование тем	Содержание	Объем часов
Лекционные занятия		8
Тема 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. Безопасная среда обучения. Потребности каждого	6

	отдельного игрока. Польза хороших привычек для здоровья и результативности (питание, сон). 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	
Тема 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	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		6
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	6
Общая трудоемкость		26

Рабочая программа модуля 3 «Тренировочный процесс»

Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Лекционные занятия	12
Практические занятия	20
Самостоятельная работа	16
Общая трудоемкость	48

Содержание модуля

Наименование тем	Содержание	Объем часов
Лекционные занятия		12
Тема 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	6

	от количества игроков. Значение перегрузки в развитии способности игрока принимать решения	
Тема 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
Тема 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
Практические занятия		20
Анализ проведения тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	20
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	
Самостоятельная работа		16
Презентация	Выполнение задания по теме занятия	16
Общая трудоемкость		48

Рабочая программа модуля 4 «Матч»

Объем модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Лекционные занятия	8
Практические занятия	6
Самостоятельная работа	8
Общая трудоемкость	22

Содержание модуля

Наименование тем	Содержание	Объем часов
Лекционные занятия		8
Тема 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	4
Тема 4.2. Среда, связанная с матчем	Управление результативностью посредством позитивных командных переговоров перед матчем,	2

	во время и после матча. Анализ и оценка результативности отдельных игроков и команды в целом. Эффективная обратная связь. Взаимодействие с техническим штабом	
Тема 4.3. Форматы игры	Приобретение профессионального тренерского опыта, работая с разными форматами игры и матча (игра неполными составами, 11 против 11, футбольный турнир). Правила игры	2
Практические занятия		10
Анализ матча и тренировочных занятий	Анализ тренировочного занятия на футбольном поле, как индивидуально, так и в микро-группе	10
Самостоятельная работа		10
Анализ матча и проведения тренировочных занятий	Выполнение задания по теме занятия	10
Общая трудоемкость		26

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

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

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Название модулей	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов
__.__.202__	__.__.202__	Модуль 1. Тренер	4-14	28
__.__.202__	__.__.202__	Модуль 2. Игрок и среда	4-13	26
__.__.202__	__.__.202__	Модуль 3. Тренировочный процесс	6-23	46
__.__.202__	__.__.202__	Модуль 4. Матч	3-11	22
__.__.202__	__.__.202__	Итоговая аттестация	1-3	6

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 и/или модуля слушатель (тренер) должен получить положительную оценку. Слушатель (тренер) обязан получить положительные оценки за все теоретические и практические задания. В случае отрицательного результата он не допускается к итоговой аттестации.

Оценочные средства текущего контроля теоретических знаний

1. Дискуссия. Проводится на учебном занятии путем обмена мнениями. Оценивается логичность суждений, умение убедить в правоте своего мнения, методический подход, эмоционально-поведенческий компонент.

2. Разработка портфолио. Включает в себя план-конспект тренировочного занятия. В нем отражаются задачи тренировочного занятия (образовательные, воспитательные, оздоровительные), средства (упражнения), применяемые для реализации этих задач в каждой части занятия, методические рекомендации – помогающие более эффективно использовать основные средства. Шаблон план-конспекта тренировочного занятия. Оценочный лист по презентации план-конспекта.

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

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 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 Программы.

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

1. Итоговое тестирование. Состоит из двух заданий, каждое из которых оценивается по 10 баллов. До 10 баллов – «незачтено», 10-20 баллов – «зачтено». Примеры заданий итогового тестирования могут варьироваться (Приложение № 1).

2. Портфолио состоит из следующих межмодульных заданий:

- Работа в футбольном клубе, профиль вратарей;
- Презентация подготовительного периода;
- Презентация отзывов о работе в клубе;
- Работа в микро-группах;
- Обратная связь после каждого модуля.
- Подготовить видео тренировочных занятий по конспекту:
 - одна тренировка по обороне;
 - одна тренировка по атаке;
 - одна тренировка по физической подготовке с мячом.

Тренировочные занятия должны быть засняты на видеокамеру в полном формате. Обязательно наличие план-конспектов тренировочных занятий.

- Самооценка до и после курса (представить заполненную анкету в электронном виде).

Материалы должны быть подготовлены в электронном виде в форматах Word, Power Point. Все материалы с указанием Ф.И.О. должны быть своевременно направлены слушателем (тренером вратарей) на электронную почту Академии РФС – gk-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.

Слушатель (тренер) считается аттестованным, если он выполнил все виды текущего

контроля и успешно прошел итоговую аттестацию. Результаты итоговой аттестации в соответствии с формой, установленной учебным планом, выставляются по двухбалльной шкале – «зачтено» / «не зачтено».

В случае неудовлетворительного результата на итоговой аттестации слушателю (тренеру) назначается дата повторной итоговой аттестации, которая должна быть проведена в срок не позднее 6 месяцев в очном формате по адресу нахождения Академии РФС.

По итогам обучения каждый слушатель (тренер вратарей) для совершенствования образовательного процесса заполняет анкету обратной связи.

Итоговое тестирование

Ф.И.О.: _____

Задание 1: Опишите роль и задачи тренера вратарей, связанные с тренировочным процессом команды (возраст 13-19 лет):

Задание 2. Совершенствование вратаря и команды при переходе в атаку после стандартных положений в обороне.

Зарисуйте схемы Вашей работы (содержание, методическую часть, требования по позициям, сопротивление, правила, интенсивность, отдых/пауза, кол-во повторений и т.д.):

Вратарская часть:

- Одно подводящее упражнение;
- Одно основное упражнение (на базе реальной ситуации с матча);
- Четыре вратаря + тренер.

Часть с игроками:

- Одно основное упражнение;
- Игра;
- Два вратаря + 12 игроков.

