

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО  
«ФУТБОЛЬНЫЙ КЛУБ «ЗЕНИТ»  
(АО «ФК «ЗЕНИТ»)

22 октября 2018

**П Р И К А З**

№ 150

Санкт-Петербург

**Об утверждении  
дополнительных профессиональных образовательных программ  
повышения квалификации тренеров**

В целях обеспечения образовательной деятельности по реализации дополнительных профессиональных программ повышения квалификации тренеров **п р и к а з ы в а ю:**

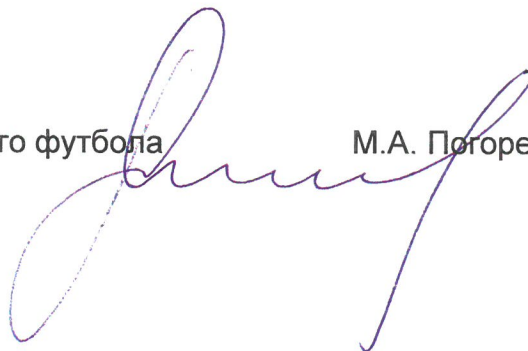
1. Утвердить дополнительные профессиональные программы повышения квалификации - программу повышения квалификации тренеров на аттестационный уровень «В-юношеская» (Приложение № 1 к настоящему Приказу) и программу повышения квалификации тренеров на аттестационный уровень «С» (Приложение № 2 к настоящему Приказу).

2. Проводить обучение в Центре повышения квалификации тренеров в соответствии с указанными образовательными программами.

3. Контроль за исполнением настоящего Приказа осуществляется директором Центра повышения квалификации тренеров Департамента по развитию молодежного футбола АО «ФК «Зенит» С.Ю. Морозовым.

И.о. директора  
Департамента по развитию молодежного футбола

М.А. Погорелов



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ  
КВАЛИФИКАЦИИ -  
«ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА - ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ  
КВАЛИФИКАЦИИ ТРЕНЕРОВ НА АТТЕСТАЦИОННЫЙ УРОВЕНЬ «С»**

**Дисциплина: «Теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)»**

**1. Цели и задачи дисциплины**

**1.1. Цели освоения дисциплины**

- обеспечить овладение профессиональной подготовленностью по развитию детско-юношеского футбола;
- формирование компетенций на основе глубоких знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению учебно-воспитательных, социально-оздоровительных, тренировочных и спортивных задач в подготовке юных футболистов разного возраста и квалификации;
- обеспечение готовности к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью по подготовке юных футболистов разного возраста и квалификации;
- внедрение в процесс многолетней подготовки юных футболистов передовых достижений отечественных и зарубежных специалистов;
- создание предпосылок к совершенствованию в теории и методике спортивной тренировки юных футболистов разного возраста и квалификации;
- изучение учебно-практического материала, необходимого для подготовки тренеров лицензионного уровня "**В-РФС (юношеская)**".

**1.2. Задачи дисциплины;**

- Вооружить тренера современными знаниями в области теории и методики спортивной тренировки в детско-юношеском футболе;
- Выработать навыки профессиональной спортивно-педагогической деятельности для реализации в учебно-тренировочном процессе с детьми, подростками и юношами.
- Приобрести навыки эффективного ведения учебно-тренировочных занятий различной направленности по подготовке юных футболистов разного возраста и квалификации;
- Выработать умения выявлять и внедрять в практику положительные, разнообразные примеры деятельности передовых отечественных и зарубежных специалистов в сфере детско-юношеского футбола.

**2. Место дисциплины в структуре повышения квалификации и профессиональной переподготовки тренеров, работающих в детско-юношеском футболе.**

Дисциплина «Теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)» является частью единого междисциплинарного образовательного процесса, направленного на систематичное, последовательное и непрерывное формирование у тренеров профессионально-педагогического мастерства.

Дисциплина «Теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)» опирается прежде всего на дисциплину

профессионального цикла «Теория и методика спортивной тренировки в футболе» (теоретический цикл) и «Спортивно-педагогическое совершенствование» (практический цикл) и базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с следующими учебными дисциплинами: физиология, биомеханика, психология, педагогика, правовые основы профессиональной деятельности.

При изучении дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)» акцент сделан на развитие творческих способностей и овладение профессиональными компетенциями с целью достижения готовности тренера к реальной профессиональной практической деятельности.

Выполнение различных профессионально-ориентированных практических заданий, в том числе проблемных, предусматривает широкое использование современных методик на основе компьютерных технологий.

Для освоения программного материала дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)» необходимы «входные» знания, умения, способности, соответствующие требованиям, предъявляемым к тренерам, работающим в детско-юношеском футболе.

### **3. Компетенции тренера, формируемые в результате освоения дисциплины**

#### **3.1. Общекультурные и профессиональные компетенции**

В результате освоения дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)» тренер:

- умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь;
- использует нормативно-правовые документы в своей деятельности;
- стремится к постоянному саморазвитию, самосовершенствованию и повышению своей квалификации;
- использует основные законы естественно-научных дисциплин в подготовке юных футболистов;
- способен применять методы научных исследований в своей профессиональной деятельности;
- владеет основными методами, способами и средствами получения информации и её переработки, имеет навыки работы с компьютером;
- умеет разрабатывать учебные планы и программы конкретных тренировочных занятий;
- способен оценивать физическую подготовленность и функциональное состояние юных футболистов;
- способен проводить профилактику травматизма;
- способен реализовывать систему отбора в детско-юношеском футболе;
- владеет необходимыми для детско-юношеского футбола технологиями педагогического контроля;
- способен работать с нормативно-правовыми документами, регулирующими подготовку юных футболистов разного возраста и квалификации и практически использовать их в своей деятельности;
- умеет разрабатывать оперативные планы тренировочной работы и обеспечивать их реализацию в профессиональной деятельности;

- умеет составлять индивидуальные финансовые документы планирования, учета и отчетности при реализации тренировочной и соревновательной деятельности;

- владеет приемами коммуникации и умеет использовать их в своей профессиональной деятельности;

В результате освоения дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)» тренер должен:

**Знать:**

- сущность и социальную значимость своей профессии;
- психофизиологические и медико-биологические закономерности развития физических качеств, их проявлений и двигательных умений юных футболистов разного возраста и квалификации;
- психолого-педагогические средства управления игроком, группой футболистов, командой;
- современные технологии и средства педагогического контроля;
- способы взаимодействия тренера с различными субъектами учебно-тренировочного и соревновательного процессов;
- историю и функции футбола в современном мире;
- средства медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния юных футболистов разного возраста и квалификации;
- основные понятия теории и методики спортивной тренировки в футболе;
- основные положения проведения соревнований в детско-юношеском футболе;
- содержание учебно-тренировочного процесса на различных этапах многолетней подготовки юных футболистов;
- современные тенденции развития детско-юношеского футбола.

**Уметь:**

- использовать в своей деятельности профессиональную лексику;
- определять способности юных футболистов;
- использовать различные технические средства и инвентарь для повышения эффективности учебно-тренировочных занятий;
- определять уровень подготовленности юных футболистов в различные периоды возрастного развития;
- принимать решения и совершать действия в соответствии с законами РФ, нормативными документами международных футбольных организаций (ФИФА, УЕФА) и Российского футбольного союза;
- организовывать и проводить спортивные соревнования;
- пользоваться современными методиками анализа тренировочной и соревновательной деятельности;
- проводить учебно-тренировочные занятия с юными футболистами разного уровня и квалификации.

**Владеть:**

- методами определения задатков, наклонностей и способностей юных футболистов к достижению максимального результата;
- методами планирования различных форм учебно-тренировочных занятий;

- современными образовательными технологиями с учетом возрастных психологических особенностей юных футболистов;
- методами диагностики функционального состояния и уровня подготовленности юных футболистов в различные возрастные периоды;
- методами педагогической и психологической диагностики качеств личности у юных футболистов разного возраста;
- приемами и средствами профилактики травматизма и восстановления в процессе многолетней подготовки;
- различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности;
- способами организации и проведения спортивных соревнований в детско-юношеском футболе;
- способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в детско-юношеском футболе;
- методиками различных видов подготовки в процессе многолетней спортивной тренировки юных футболистов;
- методами и средствами сбора анализа и использования информации в сфере теории и методики спортивной тренировки в детско-юношеском футболе.

**Учебно-тематический план  
по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки в  
футболе (детско-юношеский футбол)»**

**Цель:** Повышение квалификации тренеров, работающих в детско-юношеском футболе и получение аттестационного уровня «В - РФС (юношеская)».

Категории слушателей: тренеры детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (СДЮСШОР) и училищ олимпийского резерва (УОР). Продолжительность обучения - 150 часов. Форма обучения - очная. Режим занятий - 8 часов в день.

<b>ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЦИКЛ - 48 часов</b>			
<b>1. Общая характеристика футбола</b>		<b>Кол-во часов</b>	<b>Рубежный контроль</b>
1	Современные тенденции развития футбола	2	Реферат
2	Показатели тренировочной и соревновательной деятельности в детско-юношеском футболе	2	
3	Общие основы обучения и тренировки юных футболистов разного возраста	2	
<b>II. Психолого-педагогические аспекты деятельности тренера в детско-юношеском футболе</b>			
1	Основные функции тренера	2	
2	Принципы работы тренера по формированию личности футболиста в системе взаимоотношений «Тренер-игрок»	2	Реферат
3	Управление конфликтными ситуациями в команде	2	Деловая игра
<b>III. Медико-биологическое обеспечение подготовки юных футболистов</b>			
1	Основы спортивного питания юных футболистов (витаминация, фармакология, диеты и т.д.)	2	

2	Причины травматизма у юных футболистов и средства его предотвращения	2	
3	Медико-биологические, физиологические основы многолетней тренировки юных футболистов	6	Защита планов
<b>IV. Система подготовки юных футболистов</b>			
1	Планирование многолетней подготовки юных футболистов	4	Защита планов
2	Управление тренировочной и соревновательной деятельностью юных футболистов	2	
3	Средства и методы контроля тренировочной деятельности юных футболистов	2	
4	Планирование и содержание технико-тактической подготовки на разных этапах многолетней тренировки юных футболистов	6	Защита конспектов
5	Планирование и содержание физической подготовки юных футболистов в процессе многолетней тренировки	6	Защита конспектов
6	Организация тренировок и игр (товарищеских, календарных и т.д.)	2	
7	Методическое и материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса юных футболистов разного возраста и квалификации	1	
8	Нормативно-правовые, финансово-экономические вопросы подготовки юных футболистов разного возраста	3	Подготовка документов (сметы, контракты и т.д.)
<b>ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ - 102 часа</b>			
<b>I. Техничко-тактическая подготовка</b>			
1	Совершенствование индивидуальных технико-тактических действий в защите и нападении у юных футболистов разного возраста	10	Подготовка конспектов и проведение практического занятия
2	Совершенствование групповых технико-тактических действий в обороне и атаке у юных футболистов разного возраста	10	Подготовка конспектов и проведение практического занятия
3	Организация индивидуальных и групповых технико-тактических действий юных футболистов при переходе от обороны к атаке и наоборот	10	Подготовка конспектов и проведение практического занятия
4	Организация, планирование и содержание тренировочных занятий с вратарями	4	Подготовка конспектов и проведение практического занятия

5	Организация командной игры (различные тактические схемы) юных футболистов	6	Подготовка конспектов и проведение практического занятия
<b>II. Физическая подготовка</b>			
1	Виды разминок и их направленность в тренировочной и соревновательной деятельности юных футболистов разного возраста	6	Подготовка конспектов и проведение практического занятия
2	Развитие различных видов выносливости у юных футболистов разного возраста	10	Подготовка конспектов и проведение практического занятия.
3	Развитие силы и скоростно-силовых способностей у юных футболистов разного возраста	10	Подготовка конспектов и проведение практического занятия
4	Развитие гибкости у юных футболистов (комплексы упражнений для футболистов разного возраста)	4	Подготовка конспектов и проведение практического занятия
5	Развитие быстроты у юных футболистов разного возраста	10	Подготовка конспектов и проведение практического занятия
6	Развитие координационных способностей у юных футболистов разного возраста	10	Подготовка конспектов и проведение практического занятия
<b>III. Учебная практика</b>			
1	Методика управления командой до, во время и после игры	6	Деловая игра
2	Методика управления психическим состоянием юного футболиста (развитие памяти, воображения, мышления, внимания и т.д.)	6	
<b>ИТОГО: 150 часов</b>			
<b>ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ</b>			
<b>Практическая часть</b>			

1	Проведение основной части учебно-тренировочной занятия с юными футболистами разного возраста (по разным видам подготовки)
<b>Теоретическая часть</b>	
2	Теория и методика спортивной тренировки в детско-юношеском футболе (Экзаменационные билеты)

## **I. Общая характеристика футбола**

### **Тема 1. Современные тенденции развития футбола**

Сведения о развитии футбола в стране за истекший год. Анализ итогов чемпионата России и выступления клубных и сборных команд на международной арене. Сравнительный анализ изменений, произошедших за истекший год и предыдущие годы. Новое в технике, тактике и методике тренировки. Очередные задачи по дальнейшему развитию футбола в стране.

### **Тема 2. Показатели тренировочной и соревновательной деятельности в детско-юношеском футболе**

Анализ современных методов контроля тренировочной и соревновательной деятельности юных футболистов. Виды тестирования юных футболистов разного возраста. Методика оценки технико-тактических действий юных футболистов (объем, эффективность, надежность).

### **Тема 3. Общие основы обучения и тренировки юных футболистов разного возраста**

Средства, методы, формы, принципы спортивной тренировки юных футболистов на разных этапах многолетней подготовки. Индивидуализация подготовки юных футболистов определенного амплуа как наиболее эффективный путь развития игрока.

## **II. Психолого-педагогические аспекты деятельности тренера в детско-юношеском футболе**

### **Тема 1. Основные функции тренера**

Роль тренера в воспитании, образовании юного футболиста.

Специальные функции тренера при работе с юными футболистами (управление, мотивация, взаимоотношения, изучение, совершенствование).

### **Тема 2. Принципы работы тренера по формированию личности футболиста в системе взаимоотношений «Тренер-игрок»**

Роль тренера по формированию у юных футболистов необходимых психических, нравственных и других качеств. Принципы воспитания взаимоотношений тренера с юными футболистами (учет их интересов, личностных особенностей, осознанность выбора футбола - как вида профессиональной деятельности).

### **Тема 3. Управление конфликтными ситуациями в команде**

Предпосылки создания конфликтных ситуаций. Их причины и возможные пути разрешения. Роль «неформальных» лидеров команды в разрешении конфликтных ситуаций. Виды конфликтных ситуаций и способы управления ими.



### **III. Медико-биологическое обеспечение подготовки юных футболистов**

#### ***Тема 1. Основы спортивного питания юных футболистов (витаминация, фармакология, диеты и т.д.)***

Медико-биологические средства (питание, витаминизация, фармакологические препараты, физио- и гидротерапевтические средства и др.). Углеводная диета как основа питания юных футболистов в процессе тренировочной и соревновательной деятельности. Использование разных групп витаминов, как повышение уровня адаптации организма юных футболистов к физическим нагрузкам различной направленности.

#### ***Тема 2. Причины травматизма у юных футболистов и средства его предотвращения***

Перетренированность как причина травматизма. Искусственные футбольные поля как фактор повышения риска возникновения травматизма у юных футболистов. Методика проведения восстановительных мероприятий. Составление плана мероприятий по реабилитации спортсменов на различных этапах годичного цикла. Зависимость восстановительных мероприятий от характера, направленности и величины тренировочных нагрузок.

#### ***Тема 3. Медико-биологические, физиологические основы многолетней тренировки юных футболистов***

Морфологические и соматические особенности как факторы планирования учебно-тренировочного процесса с юными футболистами разного возраста. Показатели сердечно-сосудистой системы, развития опорно-двигательного аппарата как предпосылки повышения эффективности тренировочных занятий по различным видам подготовки юных футболистов.

### **IV. Система подготовки юных футболистов**

#### ***Тема 1. Планирование многолетней подготовки юных футболистов***

Цели и задачи планирования учебно-тренировочного процесса с юными футболистами. Требования к планированию (реальность, обоснованность, конкретность и др.). Виды планирования (перспективное, текущее и оперативное).

Содержание видов планирования (задачи, продолжительность, распределение видов подготовки, виды тренировочных занятий).

#### ***Тема 2. Управление тренировочной и соревновательной деятельностью юных футболистов***

Основные закономерности спортивной тренировки юных футболистов разного возраста. Периодизация и факторы ее определяющие. Спортивная форма, ее фазовый характер и методика управления. Структура отдельного тренировочного, микро-, мезо- и микроциклов. Структура многолетней подготовки юных футболистов. Построение тренировочного процесса в различные периоды подготовки.

#### ***Тема 3. Средства и методы контроля тренировочной деятельности юных футболистов***

Цели и задачи контроля и учета в процессе спортивной тренировки. Виды контроля (этапный, текущий и оперативный). Выбор и оценка тестов. Требования, предъявляемые к тестам (информативность, надежность и др.).

Контроль тренировочных нагрузок (специализированность, направленность, координационная сложность, величина нагрузки и др.).

Виды документов учета и отчетности.

#### ***Тема 4. Планирование и содержание технико-тактической подготовки на разных этапах многолетней тренировки юных футболистов***

Возрастные этапы технико-тактической подготовки юных футболистов. Факторы, определяющие успешность освоения юными футболистами различных технико-тактических действий (индивидуальных и групповых).

Виды занятий (комплексные и тематические по обучению и совершенствованию технико-тактических действий юных футболистов в различных фазах игры).

#### ***Тема 5. Планирование и содержание физической подготовки юных футболистов в процессе многолетней тренировки***

Учет возрастных особенностей юных футболистов при планировании физической подготовки на различных этапах многолетней тренировки. Нагрузка и её компоненты - определяющий фактор планирования и содержания физической подготовки юных футболистов. Лимитирующие факторы реализации учебно-тренировочных занятий с юными футболистами разного возраста.

#### ***Тема 6. Организация тренировок и игр (товарищеских, календарных и т.д.)***

Методика проведения товарищеских игр (задачи, функции игроков, контроль методической направленности тренировочных занятий). Факторы, влияющие на организацию и проведение тренировочных занятий и игр (количественный состав занимающихся, функциональное и психологическое состояние игроков, изучение соперника, климатические условия, логистика, время учебы в общеобразовательной школе, рацион питания и т.д.).

#### ***Тема 7. Методическое и материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса юных футболистов разного возраста и квалификации***

Учебные программы - как основа планирования и содержания тренировочного процесса с юными футболистами разного возраста и квалификации. Способы повышения эффективности тренировочного процесса (видеоанализ, показ учебных фильмов, проведение мастер-класса, просмотр игр команд мастеров).

Использование современного спортивного инвентаря и оборудования как средство повышения эффективности подготовки юных футболистов (футбольные городки, различные тренажеры, вспомогательное оборудование и т.д.).

#### ***Тема 8. Нормативно-правовые, финансово-экономические вопросы подготовки юных футболистов разного возраста***

Стандарты спортивной подготовки. Документы, регламентирующие процесс многолетней подготовки юных футболистов. Подготовка сметной документации по участию юных футболистов (команд) в различных соревнованиях.

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ**

### ***Физическая подготовка***

Подбор комплексов упражнений и составление планов-конспектов тренировочных занятий различной направленности с учетом возрастных особенностей юных футболистов (развитие физических качеств и их проявлений.).

### ***Технико-тактическая подготовка***

Подбор комплексов упражнений и составление планов-конспектов тренировочных занятий по реализации индивидуальных и групповых технико-тактических действий в различных фазах игры. Подбор комплексов упражнений по технико-тактической подготовке соответственно амплуа юного футболиста и его индивидуальных особенностей.

### ***Учебная практика***

Проведение установок и разборов игры с учетом психологического состояния игроков, результатов в игре (как текущих, так и окончательных) в формате деловой игры.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ  
КВАЛИФИКАЦИИ -  
«ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА - ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ  
КВАЛИФИКАЦИИ ТРЕНЕРОВ НА АТТЕСТАЦИОННЫЙ УРОВЕНЬ «С»**

**Дисциплина: «Теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)».**

**Цель и задачи дисциплины**

**1.1. Цели освоения дисциплины:**

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины профессиональных компетенций;
- обеспечение готовности к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием многообразия средств футбола;
- владение информационными технологиями в профессиональной деятельности;
- обеспечение готовности к организации и планированию подготовки юных футболистов;
- изучение учебно-практического материала, необходимого для подготовки тренеров аттестационного уровня «С».

**1.2. Задачи дисциплины:**

- вооружить тренера современными знаниями по вопросам спортивной тренировки в детско-юношеском футболе;
- приобрести навыки планирования учебно-тренировочных занятий с юными футболистами;
- приобрести навыки анализа тренировочной и соревновательной деятельности юных футболистов;
- выработать навыки эффективного проведения учебно-тренировочных занятий разной направленности с юными футболистами.

2. Место дисциплины в структуре повышения квалификации и профессиональной переподготовки тренеров, работающих в детско-юношеском футболе.

Дисциплина «теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)» основывается на содержательно-методической взаимосвязи со следующими учебными дисциплинами: анатомия, морфология, педагогика, психология, физиология, биомеханика, теория физического воспитания.

Выполнение различных теоретических и практических занятий предусматривает использование современных компьютерных технологий.

Для освоения предлагаемого учебного материала необходимы «входные» знания, умения, позволяющие тренерам работать в детско-юношеском футболе.

**3. Компетенции тренера, формируемые в результате освоения дисциплины:**

- умеет логически строить устную речь;
- готов к взаимодействию с коллегами по работе;
- способен планировать тренировочный процесс юных футболистов в годичном цикле;
- умеет оценивать физическую подготовленность юных футболистов;
- готов самостоятельно проводить учебно-тренировочные занятия с юными футболистами разного возраста;
- использует информацию из других видов спорта для повышения эффективности тренировочного процесса юных футболистов;

- пользуется результатами тренировочного процесса более опытных коллег.

**Владеть:**

- методами планирования различных видов подготовки юных футболистов;
- современными образовательными технологиями;
- приемами использования современных технических средств;
- способен работать с нормативными документами;
- владеет приемами коммуникаций и использует их в своей деятельности:

**Знать:**

- средства, методы содержания учебно-тренировочного процесса с юными футболистами;
- возрастные особенности юных футболистов;
- способы контроля тренировочной и соревновательной деятельности юных футболистов;
- структуру многолетней тренировки юных футболистов;
- современные тенденции детско-юношеского футбола.

**«Теория и методика спортивной тренировки в футболе (детско-юношеский футбол)»**

Цель: Повышение квалификации тренеров, работающих в детско-юношеском футболе, и получение аттестационного уровня «С».

Категории слушателей: тренеры массового футбола, детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР) и училищ олимпийского резерва (УОР).

Продолжительность обучения - 124 часов. Форма обучения – очная. Режим занятий - 8 часов в день.

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЦИКЛ - 46 часов**

<b>1. Общая характеристика футбола</b>		<b>Кол-во часов</b>	<b>Рубежный контроль</b>
1	Социальная значимость футбола	2	Реферат
2	Характеристика игровой деятельности юных футболистов	2	
3	Средства, методы, формы, принципы обучения в детско-юношеском футболе	4	
4	Структура и организация отбора юных футболистов	2	
5	Этапы многолетней подготовки юных футболистов	4	
<b>2. Психолого-педагогические аспекты деятельности тренера в детско-юношеском футболе</b>			

1	Психологические качества игрока - как основа управления его тренировочной и соревновательной деятельностью.	2	
2	Педагогические способности тренера. Способы и методы их развития.	4	

### 3. Медико-биологическое обеспечение подготовки юных футболистов

1	Анатомо-морфологические особенности развития детей и юношей.	2	
2	Физиологические показатели игровой деятельности юных футболистов.	2	
3	Основы безопасности проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований в детско-юношеском футболе.	2	

### 4. Система подготовки юных футболистов

1	Основные понятия о технике и тактике игры	2	
2	Методика обучения различным техническим приемам ведения игры	4	
3	Методика обучения тактическим действиям юных футболистов разных возрастных групп	4	
4	Методика развития физических качеств и их проявлений у юных футболистов. Сенситивные (благоприятные) периоды развития	4	
5	Методика анализа игровой деятельности (разбор игр). Методика использования видеоматериалов для обучения юных футболистов в разных видах подготовки	4	
6	Правила игры в футбол	2	

### ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ - 72 часа

#### 1. Техничко-тактическая подготовка

1	Обучение юных футболистов различным техническим приемам ведения игры	10	
2	Обучение юных футболистов индивидуальным тактическим действиям в разных фазах игры	10	

3	Организация групповых тактических взаимодействий в разных фазах игры	8	
<b>2. Физическая подготовка</b>			
1	Развитие координационных способностей у юных футболистов	8	
2	Развитие быстроты у юных футболистов	10	
3	Развитие силы у юных футболистов	8	
4	Развитие гибкости у юных футболистов	6	
5	Развитие разных видов выносливости у юных футболистов	6	
6	Развитие скоростно-силовых способностей у юных футболистов	6	
<b>ИТОГО: 118 часов</b>			
<b>ОЦЕНКА ЗНАНИЙ – 6 ЧАСОВ</b>			
<b>ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ</b>			
<b>Практическая часть</b>			
1. Проведение основной части учебно-тренировочной занятия с юными футболистами разного возраста (по разным видам подготовки).			
<b>Теоретическая часть</b>			
1	Теория и методика спортивной тренировки в детско-юношеском футболе (Экзаменационные билеты).		

### **Программа курса обучении тренеров, претендующих на получение лицензии категории «С»**

Курс объемом 124 часов состоит из 3 основных разделов: теоретический - 46 часов; практический - 72 часа и оценка знаний (практический и теоретический экзамен) - 6 часов.

#### **Объемные требования на уровень «С»**

#### **Теоретические занятия:**

#### **1.Общая характеристика футбола**

Социальная значимость футбола. Характеристика игровой деятельности юных футболистов.

Средства, методы, формы, принципы обучения в детско- юношеском футболе Структура и организация отбора юных футболистов. Этапы многолетней подготовки юных футболистов.

## **2. Психолого-педагогические аспекты деятельности тренера в детско-юношеском футболе**

Психологические качества игрока - как основа управления его тренировочной и соревновательной деятельностью. Педагогические способности тренера. Способы и методы их развития.

## **3. Медико-биологическое обеспечение подготовки юных футболистов**

Анатомо-морфологические особенности развития детей и юношей. Физиологические показатели игровой деятельности юных футболистов. Основы безопасности проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований в детско-юношеском футболе.

## **4. Система подготовки юных футболистов**

Основные понятия о технике и тактике игры. Методика обучения различным техническим приемам ведения игры. Методика обучения тактическим действиям юных футболистов разных возрастных групп. Методика развития физических качеств и их проявлений у юных футболистов. Сенситивные (благоприятные) периоды развития. Методика анализа игровой деятельности (разбор игр). Методика использования видеоматериалов для обучения юных футболистов в разных видах подготовки. Правила игры.

### **Практические занятия:**

#### **1. Техничко-тактическая подготовка**

Обучение юных футболистов различным техническим приемам ведения игры. Обучение юных футболистов индивидуальным тактическим действиям в разных фазах игры. Организация групповых тактических взаимодействий в разных фазах игры.

#### **2. Физическая подготовка**

Развитие координационных способностей у юных футболистов. Развитие быстроты у юных футболистов. Развитие силы у юных футболистов. Развитие гибкости у юных футболистов.

Развитие разных видов выносливости у юных футболистов. Развитие скоростно-силовых способностей у юных футболистов.