

## **Certyfikowana konferencja szkoleniowa dla trenerów pracujących w piłce nożnej kobiet i dziewcząt.**

Wydział Szkolenia i Wydział Piłki Kobiecej ŚL.ZPN w Katowicach serdecznie zaprasza wszystkie trenerki, trenerów piłki nożnej oraz nauczycieli wychowania fizycznego do uczestnictwa w konferencji dedykowanej piłce nożnej kobiet i dziewcząt.

**Wstęp: bezpłatny.**

Warsztaty będą **certyfikowane**.

**Każdy z uczestników warsztatów otrzyma certyfikat potwierdzający 3 godziny uczestnictwa w szkoleniu.**

**Data:** 23.09.2018r.

**Miejsce:** Centrum Szkoleniowo-Sportowe BTS Rekord Bielsko Biała przy ul. Startowej 29. Budynek Szkoły Mistrzostwa Sportowego.

### **Agenda warsztatów:**

**09.00-09.15.** przywitanie uczestników oraz otwarcie konferencji.

**09.15-11.00.** Zajęcia teoretyczne: **Mistrzostwo ma się w głowie, czyli odporność psychiczna zawodniczki i trenera, a efektywność.**

W trakcie spotkania spróbujemy odpowiedzieć na następujące pytania:

- Dlaczego niektóre zawodniczki, niektóre zespoły pod wpływem stresu, presji, w obliczu wyzwań ponoszą porażki, podczas gdy inne odnoszą sukcesy?
- Czym jest odporność psychiczna i jakie są jej elementy mające wpływ na sukces w sporcie?
- Czy to co i jak mówisz trenerze ma znaczenie w twoich relacjach z zawodniczką?
- Czy można opracować strategie i taktyki pomocy zawodniczce w zachowaniu wydajności w sytuacji presji i stresu?
- Czy można zmierzyć poziom odporności psychicznej zawodniczki, trenera i zespołu i dzięki tej wiedzy poprawić wyniki?
- Skąd się bierze i co nam robi stres? Jak reagujemy w sytuacji stresu? Co jest naturalne a co powinno niepokoić?
- Jak pracować z zawodniczką, jak pomóc, aby była twarda psychicznie i potrafiła poradzić sobie w obliczu wyzwań?

**Ewa Stellmach:** trener mentalny i coach sportowców. Absolwentka Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach, Akademii Pedagogicznej w Krakowie oraz psychologii w ŚWSZ w Katowicach.

**11.15-12.45.** Zajęcia teoretyczne: **Nowe możliwości treningowe zdolności poznawczych w piłce nożnej.**

**Tematyka poszczególnych modułów:**

1. Podłoże teoretyczne.
2. Zdolności motoryczne a zdolności poznawcze.
3. Wykorzystanie zdolności poznawczych w piłce nożnej.
4. Identyfikacja młodych talentów wg. koncepcji RannBall.
5. Przedstawienie RannBall EX<sup>er</sup> System.

**Szymon Krupnik:** Studia Doktoranckie, Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie- Wydział Rehabilitacji Ruchowej - studia doktoranckie - Kierunek Fizjoterapia  
Studia Podyplomowe Collegium Medicum Uniwersytet Jagielloński - Biostatystyka

**Paweł Chuberski:** Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie - Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu - Kierunek Wychowanie Fizyczne.

**12.45- 13.00** przerwa kawowa.

**13.00-13.45.** Zajęcia praktyczne: Nowe możliwości treningowe zdolności poznawczych w piłce nożnej. Przykładowy trening wg. RannBall EX<sup>er</sup> System.

**13.00-15.00.** Zajęcia praktyczne. Temat: Trening pokazowy Reprezentacji Śląskiego ZPN U14 dziewcząt. Temat: Przejście z fazy ataku do obrony.

**Krzysztof Klonek.** Trener Reprezentacji Śląskiego ZPN U14 dziewcząt.

**Ograniczona ilość miejsc:** 100

**Rejestracja: poprzez portal PZPN24, w zakładce „Wydarzenia- kursy, licencje&konferencje”.**

**Wszystkie zainteresowane osoby, którzy nie posiadają aktywnego konta na portalu PZPN24 proszeni są o założenie w/w konta.**

**Celem ułatwienia założenia konta przedstawiamy link do filmu instruktażowego oraz link do prezentacji:**

<https://www.youtube.com/watch?v=LiatNyoXEDQ>

<http://www.slzpn.katowice.pl/dokumenty>

**#SiłaRegionu**