



ProSoccer
szkolenia

Będzin 27-29 maj 2010

Miejsce i czas trwania warsztatów

Warsztaty odbywać się będą na terenie

***Ośrodka Sportu i Rekreacji w Będzinie
Ul. Sportowa 4
42-500 Będzin***



*Każdego dnia warsztaty trwają od **9** do **17.30**. W trakcie warsztatów lunch(**w cenie**)*



ProSoccer

szkolenia

Dzień 1 Program szczegółowy.

Sesja 1	Sesja 2	Sesja 3	Sesja 4
Teoria	Praktyka	Teoria	Praktyka
9.00-10.30	11.00-12.30	14.00-15.30	16.00-17.30
Czytanie gry	Trening pokazowy:	Ogólny obraz procesu szkoleniowego	Trening pokazowy:
Jak obserwować grę jako trener	1. Współpraca Bramkarz+obrońcy	Nabywanie doświadczenia – poprzez naukę i grę	1. Współpraca Pomocnicy + napastnicy
Rozwiązywanie problemów	2. Współpraca Bramkarz+obrońcy+ pomocnicy	Główne cztery momenty	2. Pomocnicy + napastnicy (nauka)
	Zajęcia na uczestnikach		Na grupie młodzieżowej

Charakterystyka 1-go dnia warsztatów

- *Holenderska filozofia piłki nożnej*
- *Jak trener powinien oglądać mecz*
- *Na jakie aspekty taktyki zwrócić szczególną uwagę*



ProSoccer

szkolenia

Dzień 2 Program szczegółowy .

Sesja 1	Sesja 2	Sesja 3	Sesja 4
<u>Teoria</u>	<u>Praktyka</u>	<u>Teoria</u>	<u>Praktyka</u>
9.00-10.30	11.00-12.30	14.00-15.30	16.00-17.30
Plan gry: Formacja/sposób gry podczas posiadania piłki i jej straty	Posiadanie piłki przez przeciwnika	Praca w grupach/prezentacje – rozwiązywanie problemów	Zajęcia praktyczne uczestników na grupie młodzieżowej
Przykładowe problemy	4 obrońców + bramkarz vs. 5 ofensywnych		
Jak zorganizować grę obronną	4 obrońców + bramkarz + 3 pomocników vs 8 przeciwników		
	Na uczestnikach		

Charakterystyka 2-go dnia warsztatów

- **Schematy taktyczne poszczególnych formacji**
- **Rozwiązywanie problemów w drużynie**
 - dlaczego tak mało zdobywamy bramek
 - dlaczego tak dużo tracimy bramek
 - jak zagęścić środek pola gry
- **Najważniejsze momenty**



ProSoccer

szkolenia

Dzień 3 Program szczegółowy.

Sesja 1	Sesja 2	Sesja 3	Sesja 4
<u>Teoria</u>	<u>Praktyka</u>	<u>Teoria</u>	<u>Praktyka</u>
9.00-10.30	11.00-12.30	14.00-15.30	16.00-17.30
Praca w grupach/prezentacje – rozwiązywanie problemów	Zajęcia praktyczne na grupie uczestników	Praca w grupach/prezentacje – rozwiązywanie problemów	Zajęcia praktyczne na grupie młodzieżowej Podsumowanie kursu + certyfikaty

Charakterystyka 3-go dnia warsztatów

- **Konstruowanie planu**
 - tygodniowego
 - miesięcznego
 - rocznego
- **Jak przygotować trening?**
- **Kiedy i jak zmieniać plany szkoleniowe?**



ProSoccer
szkolenia

CENY

***Koszt uczestnictwa w trzydniowych warsztatach szkoleniowych dla trenerów piłki nożnej wynosi:
525 PLN za osobę***

Ceny podane są w ujęciu brutto(stawka VAT-zw.).

*Przy dokonaniu zgłoszenia do 01.05.2010r
dodatkowy rabat 50PLN od powyższej ceny!*

Ilość miejsc ograniczona!

*W warsztatach może wziąć udział nie więcej niż **48 trenerów.***

ZGŁOSZENIE UCZESTNICTWA

W celu zgłoszenia uczestnictwa uprzejmie prosimy o przesłanie wypełnionego formularza zgłoszeniowego na adres email:

admin@prosoccer.com.pl

