



***ProSoccer***  
szkolenia

***Warszawa 31 maj - 02 czerwiec 2010***

***Miejsce i czas trwania warsztatów***

*Warsztaty odbywać się będą na terenie*

***Akademii Wychowania Fizycznego  
ul. Marymoncka 34  
00-968 Warszawa  
(Budynek sztuk walki)***



*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
<b>Teoria</b>	<b>Praktyka</b>	<b>Teoria</b>	<b>Praktyka</b>
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)
	<u>Zajęcia na uczestnikach</u>		<b>Na grupie młodzieżowej</b>

### **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 .

<b>Sesja 1</b>	<b>Sesja 2</b>	<b>Sesja 3</b>	<b>Sesja 4</b>
<b><u>Teoria</u></b>	<b><u>Praktyka</u></b>	<b><u>Teoria</u></b>	<b><u>Praktyka</u></b>
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		
	<b>Na uczestnikach</b>		

### **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
<b><u>Teoria</u></b> 9.00-10.30 Praca w grupach/prezentacje – rozwiązywanie problemów	<b><u>Praktyka</u></b> 11.00-12.30 Zajęcia praktyczne na grupie uczestników	<b><u>Teoria</u></b> 14.00-15.30 Praca w grupach/prezentacje – rozwiązywanie problemów	<b><u>Praktyka</u></b> 16.00-17.30 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](mailto:admin@prosoccer.com.pl)**