

# ZINTEGROWANY KURS WYRÓWNAWCZY UEFA B i A



Cele i założenie programowe Zintegrowanego Kursu Wyrównawczego UEFA B i A zostały przyjęte przez Komisję Techniczną PZPN i zatwierdzone przez UEFA 05.11.2015 r.

1. Wprowadzenie.....	3
2. Cele zintegrowanego kursu wyrównawczego UEFA B i A.....	3
3. Organizacja zintegrowanego kursu wyrównawczego UEFA B i A.....	3
4. Kryteria naboru na zintegrowany kurs wyrównawczy UEFA B i A.....	4
5. Wymogi ukończenia zintegrowanego kursu wyrównawczego UEFA B i A.....	4
6. Program zintegrowanego kursu wyrównawczego UEFA B i A.....	5
<b>Część I.</b> Program kursu wyrównawczego UEFA B.....	5
Teoria.....	5
Praktyka.....	5
Egzaminy.....	6
<b>Część II.</b> Program kursu UEFA A.....	6
Teoria.....	6
Praktyka.....	7
Egzaminy.....	7

## 1. Wprowadzenie

Polski Związek Piłki Nożnej uznaje kształcenie wysoko kwalifikowanej kadry trenerów, zgodnie z wymogami Konwencji Trenerskiej UEFA i Karty UEFA Grassroots za bardzo ważne zadanie w strategii dalszego rozwoju piłki nożnej w Polsce.

## 2. Cele zintegrowanego kursu wyrównawczego UEFA B i A

- a) Włączyć trenerów z dyplomami państwowymi do systemu kształcenia w ramach Konwencji Trenerskiej UEFA.
- b) Umożliwić trenerom z dyplomami państwowymi uzyskanie dyplomu i licencji UEFA A.
- c) Przygotować trenerów do planowania i prowadzenia zajęć treningowych z zespołami juniorów i seniorów wyższych klas rozgrywkowych zgodnie z wymogami Konwencji Trenerskiej UEFA.

## 3. Organizacja zintegrowanego kursu wyrównawczego UEFA B i A

- a) Kurs jest organizowany przez Szkołę Trenerów PZPN i Wojewódzkie Związki Piłki Nożnej na ich terytorium pod ścisłym nadzorem PZPN.
- b) Miejsce organizacji kursu - wykładów i zajęć praktycznych musi spełniać wymogi określone przez Konwencję Trenerską UEFA i Uchwałę Zarządu PZPN w sprawie organizacji kursów trenerskich.
- c) Zintegrowany kurs wyrównawczy UEFA B+A zawiera 240 godzin programowych (Część I - Program kursu wyrównawczego UEFA B - 60 godz., Część II – Program kursu UEFA A – 180 godz.) plus 6 godz. egzaminacyjnych.
- e) Program kursu jest realizowany w trakcie sześciu 4 dniowych stacjonarnych sesji oraz staży w klubach i obserwacji meczów.
- f) Program kursu jest oparty na wymogach Konwencji Trenerskiej UEFA, ukierunkowanych na kształcenie w warunkach realnych i edukacji interaktywnej.

## 4. Kryteria naboru na zintegrowany kurs wyrównawczy UEFA B i A

Kandydatem na zintegrowany kurs wyrównawczy UEFA B i A może być osoba, która spełnia następujące kryteria:

- a) Posiada minimum dyplom trenera II Klasy w piłce nożnej wydany zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Sportu i Turystyki lub wcześniejszymi rozporządzeniami państwowymi obowiązującymi do 23 sierpnia 2013 roku.
- b) Potwierdzi minimum 2-letni staż pracy szkoleniowej z ważną licencją PZPN A.
- c) Przedstawi zaświadczenie wystawione przez lekarza o stanie zdrowia pozwalającym na wykonywanie zawodu trenera piłki nożnej i uczestnictwo w kursie.
- d) Złoży oświadczenie o niekaralności sądowej i pełnej zdolności do czynności prawnych.
- e) Pomyślnie zaliczy egzamin wstępny składający się z części praktycznej i teoretycznej.

## 5. Wymogi ukończenia zintegrowanego kursu wyrównawczego UEFA B i A

W celu ukończenia kursu należy spełnić następujące wymogi:

- a) Uczestniczyć w 100% zajęć programowych (dopuszcza się 10% usprawiedliwioną nieobecność pod warunkiem uzupełnienia zaległości).
- b) Zdać egzamin praktyczny.
- c) Zaliczyć pisemny egzamin teorii treningu i przepisów gry.
- d) Napisać pracę dyplomową dotyczącą własnej aktywności i doświadczeń trenerskich.
- e) Zdać końcowy egzamin ustny, który jest obroną pracy dyplomowej.
- f) Prowadzić dziennik kursu.

## 6. Program zintegrowanego kursu wyrównawczego UEFA B i A

### Część I. Program kursu wyrównawczego UEFA B

	<b>TEORIA</b>	<b>28 godz.</b>
<b>1.</b>	<b>Program Kształcenia Trenerów UEFA</b>	<b>6</b>
	Konwencja Trenerska UEFA	2
	Karta UEFA Grassroots	2
	System kształcenia i licencjonowania PZPN	2
<b>2.</b>	<b>Analiza gry</b>	<b>2</b>
	Zasady analizy gry	2
<b>3.</b>	<b>Kierowanie zespołem</b>	<b>8</b>
	Rola trenera. Style i zasady kierowania zespołem.	2
	Budowanie zespołu - pozytywne kształtowanie młodych piłkarzy	2
	Komunikacja z zawodnikami, rodzicami, kierownictwem klubu	2
	Planowanie treningu	2
<b>4.</b>	<b>Fizjologia wysiłku w piłce nożnej / Medycyna</b>	<b>4</b>
	Psychofizyczne etapy rozwoju zawodnika	2
	Fizjologia wysiłku w piłce nożnej dzieci, juniorów i seniorów	2
<b>5.</b>	<b>Teoria i metodyka treningu</b>	<b>10</b>
	Metody, formy i środki treningowe	4
	Metody treningowe kształtowania zdolności motorycznych	4
	Kształtowanie nawyku ruchowego	2
	<b>PRAKTYKA</b>	<b>32 godz.</b>
<b>1.</b>	<b>Analiza przykładowych lekcji treningowych</b>	<b>8</b>
	Czynny udział i omówienie przykładowych lekcji treningowych kształtowania zdolności motorycznych, techniki i taktyki gry dla dzieci 4-12 lat.	6
	Analiza efektywności przykładowych lekcji treningowych	2
<b>2.</b>	<b>Pedagogizacja</b>	<b>12</b>
	Przygotowanie i prowadzenie lekcji treningowych w formie zabaw dla dzieci w wieku 4-7 lat	2
	Przygotowanie i prowadzenie lekcji treningowych kształtujących zdolności motoryczne dla dzieci w wieku 4-12 lat	4
	Przygotowanie i prowadzenie lekcji treningowych nauczania i doskonalenia techniki gry dla dzieci w wieku 4-12 lat	2
	Przygotowanie i prowadzenie lekcji treningowych nauczania i doskonalenia taktyki gry dla dzieci w wieku 8-12 lat	2
	Przygotowanie i prowadzenie lekcji treningowych nauczania techniki gry bramkarza w wieku 9-12 lat	2
	Analiza efektywności prowadzonych przez kursantów lekcji treningowych	2

<b>4.</b>	<b>Prowadzenie zespołu w turniejach małych gier 4x4, 5x5, 7x7</b>	<b>6</b>
	Organizacja Turnieju Talentiada 4x4 (bez bramkarzy)	2
	Prowadzenie zespołu dzieci podczas meczu, turnieju	4
<b>5.</b>	<b>Staże w klubach</b>	<b>6</b>
	Obserwacja i prowadzenie treningów dzieci, juniorów, seniorów	
	<b>EGZAMINY</b>	<b>3 godz./na osobę</b>
<b>1.</b>	<b>Egzamin praktyczny w realnych warunkach, w klubie</b>	<b>1,5 godz.</b>
<b>2.</b>	<b>Egzamin pisemny z teorii treningu</b>	<b>1,5 godz.</b>

## Część II. Program kursu UEFA A

	<b>TEORIA</b>	<b>78 hrs</b>
<b>1.</b>	<b>Analiza gry</b>	<b>6</b>
	Analiza gry własnego zespołu	2
	Analiza gry przeciwnika	2
	Scouting piłkarzy do własnego zespołu	2
<b>3.</b>	<b>Zarządzanie, Kierowanie zespołem</b>	<b>18</b>
	Rola trenera - Budowanie i kierowanie zespołem	6
	Zarządzanie - style zarządzania	2
	Planowanie okresów treningowych	4
	Komunikacja z zawodnikami, rodzicami, kierownictwem klubu	4
	Postępowanie w okolicznościach kryzysowych	2
<b>4.</b>	<b>Fizjologia wysiłku w piłce nożnej / Medycyna</b>	<b>20</b>
	Fizjologia wysiłku w piłce nożnej	4
	Metody treningowe kształtujące zdolności motoryczne	4
	Trening zdolności motorycznych juniorów i seniorów	2
	Trening funkcjonalny zapobiegający urazom	2
	Odżywianie i spożywanie napojów w piłce nożnej	2
	Urazy i rehabilitacja	2
	Pierwsza pomoc medyczna	2
<b>5.</b>	<b>Psychologia piłki nożnej</b>	<b>6</b>
	Przygotowanie mentalne piłkarzy i zespołu	4
	Przygotowanie piłkarzy do postępowania w kryzysie i w stresie	2
<b>6.</b>	<b>Teoria i metodyka treningu</b>	<b>4</b>
	Metody, formy i środki treningowe	2
	Zasady nauczania	2
<b>7.</b>	<b>Prowadzenie zespołu w meczu juniorów lub seniorów</b>	<b>8</b>
	Zasady prowadzenia zespołu w walce meczowej	2
	Odprawa przedmeczowa, rozmowa w przerwie meczu, po meczu	4
	Ocena meczu dla mediów	2
<b>8.</b>	<b>Nowoczesne technologie w piłce nożnej</b>	<b>6</b>
	Nowe technologie IT w pracy trenera	2

	Wykorzystanie nowych technologii do analizy gry	4
<b>9.</b>	<b>Fachowa terminologia piłki nożnej w języku angielskim</b>	<b>4</b>
	Fachowa terminologia treningu techniki, taktyki, motoryczności	2
	Analiza techniczna rozgrywek MŚ FIFA, UEFA EURO, UEFA CL	2
<b>10.</b>	<b>Przepisy gry</b>	<b>4</b>
	Rola sędziego	2
	Przepisy gry	2
<b>11.</b>	<b>Etyka sportowa</b>	<b>2</b>
	Społeczne wartości uprawiania sportu. Narkotyki. Doping	
	<b>PRAKTYKA</b>	<b>102 godz.</b>
<b>1.</b>	<b>Analiza przykładowych jednostek treningowych</b>	<b>10</b>
	Czynny udział i omówienie przykładowych lekcji treningowych kształtowania zdolności motorycznych, techniki i taktyki gry juniorów i seniorów	6
	Analiza efektywności przykładowych jednostek treningowych	4
<b>2.</b>	<b>Pedagogizacja (juniorzy B i A seniorzy amatorzy IV, III Liga)</b>	<b>40</b>
	Przygotowanie i prowadzenie treningu doskonalenia techniki	10
	Przygotowanie i prowadzenie treningu taktyki gry	10
	Przygotowanie i prowadzenie treningu kształtowania zdolności motoryczne juniorów i seniorów	10
	Przygotowanie i prowadzenie treningu dla bramkarzy	4
	Analiza efektywności prowadzonych przez kursantów zajęć treningowych	6
<b>3.</b>	<b>Analiza gry</b>	<b>8</b>
	Analiza gry własnego zespołu	2
	Analiza gry przeciwnika	2
	Raporty analizy gry	4
<b>4.</b>	<b>Prowadzenie zespołu w meczu</b>	<b>10</b>
	Prowadzenie zespołu podczas meczu juniorów i seniorów - odprawa przedmeczowa, rozmowa w przerwie meczu, po meczu. Ocena meczu dla mediów	
<b>5.</b>	<b>Stáže w klubach</b>	<b>34</b>
	Obserwacja i prowadzenie treningów juniorów, seniorów	20
	Organizacja klubu, zarządzanie klubem, academia klubowa	4
	Przygotowanie i prezentacja raportu ze stażu w klubie	10
	<b>EGZAMINY</b>	<b>3 godz. na osobę</b>
<b>1.</b>	<b>Egzamin praktyczny</b>	<b>1 godz.</b>
<b>2.</b>	<b>Egzamin pisemny teorii treningu i przepisów gry</b>	<b>1 godz.</b>
<b>3.</b>	<b>Prezentacja i obrona pracy dyplomowej</b>	<b>1 godz.</b>
<b>4.</b>	<b>Dziennik kursanta</b>	