Możliwość dofinansowania

FURP

FUNDACJA ROZWOJU PRZEMYSŁU

★★★★☆

Centrum Coachingu Mentalnego dla Juniorów

Numer usługi 2024/10/30/133955/2388670

12 900,00 PLN brutto
10 487,80 PLN netto
268,75 PLN brutto/h
218,50 PLN netto/h

Warszawa / stacjonarna
Usługa szkoleniowa
48 h
22.03.2025 do 18.05.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	• Rodzice, nauczyciele, trenerzy sportowi, doradcy • Osoby lubiące pracę z dziećmi • Osoby chcące urozmaicić swój warsztat edukacyjny o narzędzia treningu mentalnego w odniesieniu do pracy z młodzieżą i dziećmi
Minimalna liczba uczestników	15
Maksymalna liczba uczestników	25
Data zakończenia rekrutacji	15-03-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	48
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do poznanie sposobów i narzędzi do pomagania dzieciom
i młodzieży w budowaniu zdrowego poczucia własnej wartości, wysokiego poziomu pewności siebie, radzenia sobie z presją i oczekiwaniami oraz pracy nad koncentracją w przebodźcowanej rzeczywistości.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje kluczowe zagadnienia związane z treningiem mentalnym oraz obszarem psychologii rozwoju i poznawczej.	Definiuje podstawowe pojęcia związane z treningiem mentalnym i psychologią rozwoju oraz poznawczą; Rozpoznaje kluczowe teorie i podejścia stosowane w treningu mentalnym; Wymienia główne zasady funkcjonowania procesów poznawczych i ich wpływu na rozwój jednostki. Charakteryzuje różnice między treningiem mentalnym a innymi formami rozwoju psychologicznego	Test teoretyczny
Uczestnik projektuje narzędzia rywalizacji wspierające rozwój poczucia własnej wartości oraz zdrowe podejście do konkurencji u dzieci i młodzieży.	Uwzględnia w projektowanych narzędziach elementy pozytywnego wzmocnienia i konstruktywnej informacji zwrotnej; Projektuje systemy nagród i osiągnięć oparte na progresie indywidualnym, a nie porównywaniu z innymi uczestnikami; Opracowuje mechanizmy rywalizacji, które pomagają dzieciom w zarządzaniu stresem i emocjami poprzez strategie regulacji emocjonalnej.	Test teoretyczny
Uczestnik projektuje własne narzędzia grywalizacji wspierające procesy edukacyjne i motywacyjne.	Analizuje potrzeby i cele grupy docelowej, aby dostosować narzędzia grywalizacji do specyficznych wymagań edukacyjnych i motywacyjnych. Tworzy mechanizmy grywalizacji, takie jak systemy punktowe, odznaki, poziomy i nagrody, które angażują uczestników i wspierają ich zaangażowanie. Integruje elementy grywalizacji z istniejącymi programami edukacyjnymi, zapewniając spójność i komplementarność. Testuje i ocenia skuteczność zaprojektowanych narzędzi grywalizacji, zbierając feedback od uczestników i wprowadzając niezbędne poprawki. Stosuje zasady etyczne w projektowaniu grywalizacji, dbając o uczciwość, przejrzystość i równość szans dla wszystkich uczestników. Dokumentuje proces projektowania i wdrażania narzędzi grywalizacji, tworząc materiały pomocnicze i instrukcje dla innych edukatorów.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
: Uczestnik planuje oraz organizuje szkolenia grupowe i sesje indywidualne w zakresie pracy z dzieckiem i nastolatkiem w obszarze pewności siebie, koncentracji i presji.	Opracowuje programy szkoleniowe dostosowane do potrzeb dzieci i nastolatków, uwzględniając różne poziomy pewności siebie i koncentracji. Stosuje techniki i narzędzia wspierające rozwój pewności siebie, takie jak ćwiczenia z zakresu pozytywnego myślenia i wizualizacji sukcesu. Projektuje sesje indywidualne z uwzględnieniem specyficznych potrzeb uczestników, pomagając im radzić sobie z presją i stresem. Monitoruje postępy uczestników i dostosowuje metody pracy w oparciu o regularne oceny i feedback. Wykorzystuje strategie motywacyjne i techniki relaksacyjne, aby wspierać koncentrację i zarządzanie stresem podczas sesji szkoleniowych.	Test teoretyczny
Uczestnik organizuje pracę w oparciu o etyczne zasady funkcjonowania interpersonalnego.	Rozpoznaje i stosuje zasady etyki zawodowej w codziennej pracy, dbając o uczciwość, szacunek i poufność. Promuje kulturę otwartości i zaufania w zespole, zachęcając do konstruktywnej komunikacji i współpracy. Identyfikuje i rozwiązuje konflikty interpersonalne w sposób etyczny, z poszanowaniem praw i godności wszystkich stron. Stosuje zasady równości i niedyskryminacji, zapewniając sprawiedliwe traktowanie wszystkich uczestników. Monitoruje i ocenia przestrzeganie zasad etycznych w zespole, wprowadzając odpowiednie działania korygujące w razie potrzeby.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Tak

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Tak

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak

Program

Zjazd 1: Rozwój młodego człowieka, Trening mentalny z zawodnikiem i zespołem

Dzień 1 (8:00 - 16:00)

blok 1: definicja treningu mentalnego w ujęciu zawodu przyszłości

blok 2: model skutecznego treningu z grupą i jednostką

blok 3: autoanaliza zawodnika, narzędzia integracji

blok 4: mistrzowska siódemka

Dzień 2 (8:00 - 16:00)

blok 1: narzędzia do pracy indywidualnej

blok 2: narzędzia do pracy grupowej

blok 3: proces determinacji

blok 4: sesja przykładowa z klientem na podstawie uzyskanej wiedzy

Zjazd 2:

Budowanie pewności siebie, motywacji i trening radzenia sobie ze stresem

Dzień 1 (8:00 - 16:00)

blok 1: psychologia poznawcza i rozwojowa

blok 2: psychologia poznawcza i rozwojowa

blok 3: psychologia poznawcza i rozwojowa

blok 4: psychologia poznawcza i rozwojowa

Dzień 2 (8:00 - 16:00)

blok 1: emocje w życiu człowieka – podstawy teoretyczne

blok 2: emocje w życiu człowieka – narzędzia do prawidłowej obsługi

blok 3: metody radzenia sobie ze stresem i presją

blok 4: praca z treningiem wyobrażeniowym

Zjazd 3: Trening koncentracji i praca z porażką + egzamin

Dzień 1 (8:00 - 16:00)

blok 1: tworzenie własnych narzędzi grywalizacji

blok 2: trening koncentracji

blok 3: skuteczna współpraca w zespole

blok 4: radzenie sobie z porażką

Dzień 2 (8:00 - 16:00)

blok 1: elementy skutecznej determinacji

blok 2: trening mentalny relacji junior-rodzic

blok 3: egzamin – test teoretyczny otwarty

blok 4: ewaluacja procesu szkoleniowego

Grupa docelowa szkolenia:

- Rodzice, nauczyciele, trenerzy sportowi, doradcy
- Osoby lubiące pracę z dziećmi
- Osoby chcące urozmaicić swój warsztat edukacyjny o narzędzia treningu mentalnego w odniesieniu do pracy z młodzieżą i dziećmi

Szkolenie prowadzone jest w formie wykładu oraz ćwiczeń z użyciem materiałów dydaktycznych, ćwiczenia odbywają się w podgrupach dwuosobowych.

10 minut przerwy przysługuje po 30 minutach szkolenia każdorazowo w zależności od potrzeb grupy, przewidziana jest przerwa obiadowa

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 24

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 24 **blok 1: definicja treningu mentalnego w ujęciu zawodu przyszłości (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)**	**Piotr Matulka**	**22-03-2025**	**08:00**	**10:00**	**02:00**
2 z 24 **blok 2: model skutecznego treningu z grupą i jednostką (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)**	**Piotr Matulka**	**22-03-2025**	**10:00**	**12:00**	**02:00**

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 24 blok 3: autoanaliza zawodnika, narzędzia integracji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	22-03-2025	12:00	14:00	02:00
4 z 24 blok 4: mistrzowska siódemka (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	22-03-2025	14:00	16:00	02:00
5 z 24 blok 1: narzędzia do pracy indywidualnej (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	23-03-2025	08:00	10:00	02:00
6 z 24 blok 2: narzędzia do pracy grupowej (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	23-03-2025	10:00	12:00	02:00
7 z 24 blok 3: proces determinacji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	23-03-2025	12:00	14:00	02:00
8 z 24 blok 4: sesja przykładowa z klientem na podstawie uzyskanej wiedzy (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	23-03-2025	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 24 blok 1: psychologia poznawcza i rozwojowa (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	12-04-2025	08:00	10:00	02:00
10 z 24 blok 2: psychologia poznawcza i rozwojowa (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	12-04-2025	10:00	12:00	02:00
11 z 24 blok 3: psychologia poznawcza i rozwojowa (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	12-04-2025	12:00	14:00	02:00
12 z 24 blok 4: psychologia poznawcza i rozwojowa (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	12-04-2025	14:00	16:00	02:00
13 z 24 blok 1: emocje w życiu człowieka – podstawy teoretyczne (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	13-04-2025	08:00	10:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 24 blok 2: emocje w życiu człowieka – narzędzia do prawidłowej obsługi (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	13-04-2025	10:00	12:00	02:00
15 z 24 blok 3: metody radzenia sobie ze stresem i presją (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	13-04-2025	12:00	14:00	02:00
16 z 24 blok 4: praca z treningiem wyobrażeniowym (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	13-04-2025	14:00	16:00	02:00
17 z 24 blok 1: tworzenie własnych narzędzi grywalizacji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	17-05-2025	08:00	10:00	02:00
18 z 24 blok 2: trening koncentracji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	17-05-2025	10:00	12:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 24 blok 3: skuteczna współpraca w zespole (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	17-05-2025	12:00	14:00	02:00
20 z 24 blok 4: radzenie sobie z porażką (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	17-05-2025	14:00	16:00	02:00
21 z 24 blok 1: elementy skutecznej determinacji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	18-05-2025	08:00	10:00	02:00
22 z 24 blok 2: trening mentalny relacji junior-rodzic (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	18-05-2025	10:00	12:00	02:00
23 z 24 blok 3: egzamin – test teoretyczny otwarty (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	-	18-05-2025	12:00	14:00	02:00
24 z 24 blok 4: ewaluacja procesu szkoleniowego (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	-	18-05-2025	14:00	16:00	02:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	12 900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	10 487,80 PLN
Koszt osobogodziny brutto	268,75 PLN
Koszt osobogodziny netto	218,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2

1 z 2

Piotr Matulka

Absolwent Akademii Trenerów Mentalnych, Edycja 1. Trener Mentalny, Trener Sprzedaży i Zarządzania Zespołami, Mówca Motywacyjny. Socjolog – doradca psychospołeczny, pedagog, od 2012 roku dyplomowany trener biznesu. Od ponad 6 lat prowadzi szkolenia, programy rozwojowe dla firm i wykłady motywacyjne. Tworzy autorskie programy szkoleniowe szyte pod indywidualne oczekiwania. Obecnie prowadzi treningi mentalne dla trenerów piłkarskich i zawodników z Pogoń Szczecin Football Schools i Akademii Pogoni Szczecin oraz piłkarskich klas Arkoni Szczecin. Trenuje mistrzów Polski w zapasach, tenisistów, młodych piłkarzy – w tym reprezentantów Polski. W wolnych chwilach pisze artykuły do branżowego czasopisma „Asystent Trenera".

2 z 2

Joanna Matulka

Trenerka mentalna, terapeutka TCK, pedagog z wieloletnim doświadczeniem jako dyrektor placówek oświatowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacje, materiały dydaktyczne

Adres

ul. Grzybowska 43

00-855 Warszawa

woj. mazowieckie

Brak

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt

Karol Kaczmarski

E-mail biuro@furp.pl

Telefon (+48) 516 806 267