



FUNDACJA
ROZWOJU
PRZEMYSŁU



Centrum Coachingu Mentalnego dla Juniorów

Numer usługi 2025/02/06/133955/2544152

📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 48 h

📅 05.04.2025 do 08.06.2025

12 900,00 PLN brutto

10 487,80 PLN netto

268,75 PLN brutto/h

218,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
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	01-04-2025
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 poznania 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
<p>Uczestnik charakteryzuje kluczowe zagadnienia związane z treningiem mentalnym oraz obszarem psychologii rozwoju i poznawczej.</p>	<p>Deniuje 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</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik projektuje narzędzia rywalizacji wspierające rozwój poczucia własnej wartości oraz zdrowe podejście do konkurencji u dzieci i młodzieży.</p> <p>Uczestnik projektuje własne narzędzia grywalizacji wspierające procesy edukacyjne i motywacyjne.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p>	<p>Test teoretyczny</p> <p>Test teoretyczny</p>

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

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: delicja 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 wyobraźniowym

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	05-04-2025	10:00	12:00	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)	Joanna Matulka	05-04-2025	12:00	14:00	02:00
3 z 24 blok 3: autoanaliza zawodnika, narzędzia integracji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	05-04-2025	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 24 blok 4: mistrzowska siódemka (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	05-04-2025	16:00	18:00	02:00
5 z 24 blok 1: narzędzia do pracy indywidualnej (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	06-04-2025	10:00	12:00	02:00
6 z 24 blok 2: narzędzia do pracy grupowej (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	06-04-2025	12:00	14:00	02:00
7 z 24 blok 3: proces determinacji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	06-04-2025	14:00	16:00	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)	Joanna Matulka	06-04-2025	16:00	18:00	02:00
9 z 24 blok 1: psychologia poznawcza i rozwojowa (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	10-05-2025	10:00	12:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 24 blok 2: psychologia poznawcza i rozwojowa (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	10-05-2025	12:00	14:00	02:00
11 z 24 blok 3: psychologia poznawcza i rozwojowa (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	10-05-2025	14:00	16:00	02:00
12 z 24 blok 4: psychologia poznawcza i rozwojowa (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	10-05-2025	16:00	18:00	02:00
13 z 24 blok 1: emocje w życiu człowieka – podstawy teoretyczne (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	11-05-2025	10:00	12:00	02:00
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	11-05-2025	12:00	14:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 24 blok 3: metody radzenia sobie ze stresem i presją (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	11-05-2025	14:00	16:00	02:00
16 z 24 blok 4: praca z treningiem wyobraźeniowym (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	11-05-2025	16:00	18:00	02:00
17 z 24 blok 1: tworzenie własnych narzędzi grywalizacji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	07-06-2025	10:00	12:00	02:00
18 z 24 blok 2: trening koncentracji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	07-06-2025	12:00	14:00	02:00
19 z 24 blok 3: skuteczna współpraca w zespole (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	07-06-2025	14:00	16:00	02:00
20 z 24 blok 4: radzenie sobie z porażką (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	07-06-2025	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 24 blok 1: elementy skutecznej determinacji (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	08-06-2025	10:00	12:00	02:00
22 z 24 blok 2: trening mentalny relacji juniorrodzic (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Joanna Matulka	08-06-2025	12:00	14:00	02:00
23 z 24 blok 3: egzamin – test teoretyczny otwarty (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	08-06-2025	14:00	16:00	02:00
24 z 24 blok 4: ewaluacja procesu szkoleniowego (co 30 min. szkolenia 10 min. przerwy w zależności od potrzeb)	Piotr Matulka	08-06-2025	16:00	18:00	02:00

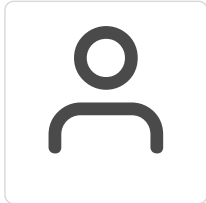
Cennik

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

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. Wojewódzka 12

40-026 Katowice

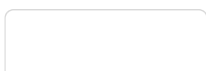
woj. śląskie

Brak

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Karol Kaczmarek



E-mail biuro@furp.pl

Telefon (+48) 516 806 267