



Psychologia sportu - program PLUS mieszana (stacjonarna pomieszana z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

Numer usługi 2026/07/29/199420/3717760

19 680,00 PLN brutto

16 000,00 PLN netto

176,50 PLN brutto/h

143,50 PLN netto/h

264,37 PLN cena rynkowa ⓘ

CHAMPION
CONSULTING 4
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

8 ocen

📍 Sopot
🏠 Usługa szkoleniowa
📅 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
👥 Zajęcia grupowe
🕒 111:30 h
📅 17.10.2026 do 30.05.2027

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Sport

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest skierowane do osób dorosłych, które planują rozwój lub podjęcie pracy w obszarze psychologii sportu i treningu mentalnego oraz chcą rozwijać kompetencje w zakresie wspierania zawodników, trenerów i rodziców sportowych.

Grupa docelowa obejmuje w szczególności: psychologów, trenerów sportowych, nauczycieli, zawodników, działaczy sportowych oraz inne osoby działające w środowisku sportowym, zainteresowane pracą z mentalem w sporcie.

Minimalna liczba uczestników

14

Maksymalna liczba uczestników

22

Data zakończenia rekrutacji

12-10-2026

Forma prowadzenia usługi

mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa ma na celu przygotowanie uczestników do samodzielnej i praktycznej pracy w obszarze psychologii sportu oraz treningu mentalnego poprzez rozwinięcie kompetencji w zakresie rozumienia mechanizmów psychologicznych w sporcie (m.in. emocjonalnych, motywacyjnych, stresowych i kryzysowych) oraz ich zastosowania w pracy z zawodnikami, trenerami i rodzicami sportowymi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
.Uczestnik rozumie kluczowe mechanizmy psychologiczne w sporcie (stres, presja, motywacja, emocje, pewność siebie).	Poprawnie wyjaśnia mechanizmy na przykładzie sytuacji sportowej	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik przeprowadza wywiad wstępny z zawodnikiem/trenerem/rodzicem i zebrać dane do planu pracy.	Tworzy komplet notatki z wywiadu i formułuje cel współpracy na podstawie studium przypadku.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik diagnozuje obszary mentalne zawodnika w modelu 5C (lub podobnym) i wskazuje priorytety pracy.	Na podstawie opisu przypadku przypisuje trudności do obszarów modelu i uzasadnia wybór priorytetu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik dobiera metody pracy do problemu: stres startowy, spadek motywacji, kryzys, błąd, porażka.	Dobiera min. 2 adekwatne narzędzia i opisuje ich zastosowanie krok po kroku	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik planuje i rozpisuje sesję indywidualną treningu mentalnego (struktura, cel, interwencja, zadanie).	Prowadzi symulowaną sesję (obserwacja wg arkusza) i przygotowuje kartę sesji z podsumowaniem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik prowadzi zajęcia z grupą/zespołem (dynamika, komunikacja, role, cele zespołu).	Wskazuje ryzyka w studium przypadku i proponuje adekwatne dalsze kroki z uzasadnieniem etycznym.	Obserwacja w warunkach symulowanych
. Uczestnik przygotowuje ofertę biznesową (zakres, formy, zasady współpracy) i prezentują ją klientowi.	Przedstawia krótką ofertę (1 strona) + 2-minutowy pitch; oferta jest spójna i realistyczna.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik planuje proces współpracy (kontrakt, cele, etapy, monitorowanie postępów) dla klienta indywidualnego i grupowego.	Przedstawia plan 4–8 spotkań z kryteriami postępu i sposobem ewaluacji (projekt planu pracy).	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Moduł 1 – Wprowadzenie do psychologii sportu

Prowadząca: dr Martyna Tadzik

Termin: 17 październik 2026

Czas trwania: 7 godzin zegarowych (przerwy są wliczone w usługę)

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 1 (sobota) | godz. 10:00–17:00

- 10:00–11:30 – Wprowadzenie do psychologii sportu
- 11:30–11:45 – Przerwa kawowa
- 11:45–13:15 – Studium przypadku
- 13:15–14:00 – Przerwa obiadowa
- 14:00–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–15:45 – Przerwa kawowa
- 15:45–17:00 – Omówienie przykładów, dyskusja, podsumowanie dnia

Moduł 1 - Praktyczne zagadnienia psychologii sportu

Prowadzący: Tomasz Bilik

Termin: 18 październik 2026

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 2 (niedziela) | godz. 9:00–16:00

- 9:00–10:30 – Wprowadzenie do praktycznej psychologii sportu
- 10:30–10:45 – Przerwa kawowa
- 10:45–12:15 – Praca w grupach
- 12:15–13:00 – Przerwa obiadowa
- 13:00–14:30 – Praca warsztatowa
- 14:30–14:45 – Przerwa kawowa
- 14:45–15:30 – wykład z ćwiczeniami

- 15:30-16:00 – Podsumowanie warsztatu

Moduł 2 – Psychologia rozwojowa

Prowadząca: Agata Jasińska

Termin: 14 listopad 2026

Czas trwania: 7 godzin zegarowych (przerwy są wliczone w usługę)

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 1 (sobota) | godz. 10:00–17:00

- 10:00–11:30 – Wprowadzenie do psychologii rozwojowej
- 11:30–11:45 – Przerwa kawowa
- 11:45–13:15 – Studium przypadku
- 13:15–14:00 – Przerwa obiadowa
- 14:00–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–15:45 – Przerwa kawowa
- 15:45–17:00 – Omówienie przykładów, dyskusja, podsumowanie dnia

Moduł 2 – Warsztat pracy psychologa sportu

Prowadzący: prof. Artur Poczwadowski

Termin: 15 listopad 2026

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 2 (niedziela) | godz. 9:00–16:00

- 9:00–10:30 – Wprowadzenie do warsztatu pracy psychologa sportu
- 10:30–10:45 – Przerwa kawowa
- 10:45–12:15 – Praca w grupach
- 12:15–13:00 – Przerwa obiadowa
- 13:00–14:30 – Praca warsztatowa
- 14:30–14:45 – Przerwa kawowa
- 14:45–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–16:00 – Podsumowanie warsztatu

Moduł 3- Trening mentalny 5C

Prowadząca: Tomasz Kurach

Termin: 12 grudnia 2026

Czas trwania: 7 godzin zegarowych (przerwy są wliczone w usługę)

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 1 (sobota) | godz. 10:00–17:00

- 10:00–11:30 – Wprowadzenie do treningu mentalnego
- 11:30–11:45 – Przerwa kawowa
- 11:45–13:15 – Studium przypadku
- 13:15–14:00 – Przerwa obiadowa

- 14:00–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–15:45 – Przerwa kawowa
- 15:45–17:00 – Omówienie przykładów, dyskusja, podsumowanie dnia

Moduł 3 – Trening mentalny

Prowadzący: Tomasz Kurach

Termin: 13 grudnia 2026

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 2 (niedziela) | godz. 9:00–16:00

- 9:00–10:30 – Wprowadzenie do treningu mentalnego modelu 5C
- 10:30–10:45 – Przerwa kawowa
- 10:45–12:15 – Praca w grupach
- 12:15–13:00 – Przerwa obiadowa
- 13:00–14:30 – Praca warsztatowa
- 14:30–14:45 – Przerwa kawowa
- 14:45–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–16:00 – Podsumowanie warsztatu

Moduł 4- Warsztat pracy psychologa (sesje, warsztaty, webinary)

Prowadząca: Tomasz Bilik

Termin: 16 styczeń 2027

Czas trwania: 7 godzin zegarowych (przerwy są wliczone w usługę)

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 1 (sobota) | godz. 10:00–17:00

- 10:00–11:30 – Wprowadzenie do zasad budowania warsztatów i webinarów
- 11:30–11:45 – Przerwa kawowa
- 11:45–13:15 – Studium przypadku
- 13:15–14:00 – Przerwa obiadowa
- 14:00–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–15:45 – Przerwa kawowa
- 15:45–17:00 – Omówienie przykładów, dyskusja, podsumowanie dnia

Moduł 4 – Warsztat pracy psychologa sportu

Prowadzący: Kamil Damentka

Termin: 17 styczeń 2027

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 2 (niedziela) | godz. 9:00–16:00

- 9:00–10:30 – Wprowadzenie do warsztatu psychologa sportu
- 10:30–10:45 – Przerwa kawowa
- 10:45–12:15 – Praca w grupach
- 12:15–13:00 – Przerwa obiadowa

- 13:00–14:30 – Praca warsztatowa
- 14:30–14:45 – Przerwa kawowa
- 14:45–15:30 - Praca warsztatowa
- 15:30-16:00 – Podsumowanie

Moduł 5- Projektowanie i prowadzenie warsztatów i webinarów

Prowadzący: Tomasz Bilik

Termin: 20 luty 2027

Czas trwania: 7 godzin zegarowych (przerwy są wliczone w usługę)

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 1 (sobota) | godz. 10:00–17:00

- 10:00–11:30 – Wprowadzenie do zasad projektowania spotkań edukacyjnych
- 11:30–11:45 – Przerwa kawowa
- 11:45–13:15 – Studium przypadku
- 13:15–14:00 – Przerwa obiadowa
- 14:00–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–15:45 – Przerwa kawowa
- 15:45–17:00 – Omówienie przykładów, dyskusja, podsumowanie dnia

Moduł 5 – Warsztat pracy psychologa sportu

Prowadząca: dr Martyna Tadzik

Termin: 21 luty 2027

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 2 (niedziela) | godz. 9:00–16:00

- 9:00–10:30 – Wprowadzenie do warsztatu pracy z rodzicami i trenerami
- 10:30–10:45 – Przerwa kawowa
- 10:45–12:15 – Praca w grupach
- 12:15–13:00 – Przerwa obiadowa
- 13:00–14:30 – Praca warsztatowa
- 14:30–14:45 – Przerwa kawowa
- 14:45–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30-16:00- Podsumowanie

Moduł 6 - Budowanie filozofii pracy psychologa sportu

Prowadzący: prof. Artur Poczwadowski

Termin: 20 marzec2027

Czas trwania: 7 godzin zegarowych (przerwy są wliczone w usługę)

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 1 (sobota) | godz. 10:00–17:00

- 10:00–11:30 – Wprowadzenie do zasad budowania filozofii pracy psychologa sportu

- 11:30–11:45 – Przerwa kawowa
- 11:45–13:15 – Studium przypadku
- 13:15–14:00 – Przerwa obiadowa
- 14:00–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–15:45 – Przerwa kawowa
- 15:45–17:00 – Omówienie przykładów, dyskusja, podsumowanie dnia

Moduł 6 – Interwencje psychologiczne i dialog motywujący

Prowadząca: prof Artur Poczwardowski

Termin: 21 marzec 2027

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 2 (niedziela) | godz. 9:00–16:00

- 9:00–10:30 – Wprowadzenie do zasad prowadzenia interwencji psychologicznych
- 10:30–10:45 – Przerwa kawowa
- 10:45–12:15 – Praca w grupach – zasady dialogu motywującego
- 12:15–13:00 – Przerwa obiadowa
- 13:00–14:30 – Praca warsztatowa
- 14:30–14:45 – Przerwa kawowa
- 14:45–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–16:00 – Podsumowanie

Moduł 7 - Zaburzenia kliniczne w sporcie

Prowadząca: dr Martyna Tadzik

Termin: 17 kwiecień 2027

Czas trwania: 7 godzin zegarowych (przerwy są wliczone w usługę)

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 1 (sobota) | godz. 10:00–17:00

- 10:00–11:30 – Wprowadzenie do zaburzeń klinicznych w sporcie
- 11:30–11:45 – Przerwa kawowa
- 11:45–13:15 – Studium przypadku
- 13:15–14:00 – Przerwa obiadowa
- 14:00–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–15:45 – Przerwa kawowa
- 15:45–17:00 – Omówienie przykładów, dyskusja, podsumowanie dnia

Moduł 7 – Współpraca z drużynami sportowymi

Prowadzący: Kamil Damentka

Termin: 18 kwiecień 2027

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 2 (niedziela) | godz. 9:00–16:00

- 9:00–10:30 – Wprowadzenie do pracy z drużynami w sporcie

- 10:30–10:45 – Przerwa kawowa
- 10:45–12:15 – Praca w grupach – zasady dialogu motywującego
- 12:15–13:00 – Przerwa obiadowa
- 13:00–14:30 – Praca warsztatowa
- 14:30–14:45 – Przerwa kawowa
- 14:45–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–16:00 – Podsumowanie

Moduł 8 - Współpraca z osobami neuroróżnorodnymi w sporcie

Prowadząca: dr Martyna Tadzik

Termin: 22 maj 2027

Czas trwania: 7 godzin zegarowych (przerwy są wliczone w usługę)

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 1 (sobota) | godz. 10:00–17:00

- 10:00–11:30 – Wprowadzenie do neuroróżnorodności w sporcie
- 11:30–11:45 – Przerwa kawowa
- 11:45–13:15 – Studium przypadku
- 13:15–14:00 – Przerwa obiadowa
- 14:00–15:30 – Praca warsztatowa
- 15:30–15:45 – Przerwa kawowa
- 15:45–17:00 – Omówienie przykładów, dyskusja, podsumowanie dnia

Moduł 8 – Prezentacja projektów rocznych

Dzień 2 (niedziela) | godz. 9:00–16:00

Prowadzący: Aleksandra Pogorzelska

Termin: 23 maj 2027

Liczba godzin teoretycznych: 2h zegarowych

Liczba godzin praktycznych: 3.45h

Miejsce: Sopot, Klub Żeglarski Navigo

Dzień 2 (niedziela) | godz. 9:00–15:30

- 9:00–10:30 – Prezentacja projektów rocznych
- 10:30–10:45 – Przerwa kawowa
- 10:45–12:15 – Prezentacja projektów rocznych
- 12:15–13:00 – Przerwa obiadowa
- 13:00–14:30 – Prezentacja projektów rocznych
- 14:30–14:45 – Przerwa kawowa
- 14:45–15:30 – Walidacja przeprowadzona będzie przez Wojciecha Pogorzelskiego - test teoretyczny generowany automatycznie

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 110

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 110 Moduł 1 - Wprowadzenie do psychologii sportu	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	17-10-2026	10:00	11:30	01:30	Tak
2 z 110 -	Przerwa	-	17-10-2026	11:30	11:45	00:15	Tak
3 z 110 Studium przypadku	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	17-10-2026	11:45	13:15	01:30	Tak
4 z 110 -	Przerwa	-	17-10-2026	13:15	14:00	00:45	Tak
5 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	17-10-2026	14:00	15:30	01:30	Tak
6 z 110 -	Przerwa	-	17-10-2026	15:30	15:45	00:15	Tak
7 z 110 Omówienie przypadków w i dyskusja	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	17-10-2026	15:45	17:00	01:15	Tak
8 z 110 Praktyczne zagadnienia psychologii sportu	Zajęcia	Tomasz Bilik	18-10-2026	09:00	10:30	01:30	Tak
9 z 110 -	Przerwa	-	18-10-2026	10:30	10:45	00:15	Tak
10 z 110 Praca w grupach	Zajęcia	Tomasz Bilik	18-10-2026	10:45	12:15	01:30	Tak
11 z 110 -	Przerwa	-	18-10-2026	12:15	13:00	00:45	Tak
12 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Tomasz Bilik	18-10-2026	13:00	14:30	01:30	Tak
13 z 110 -	Przerwa	-	18-10-2026	14:30	14:45	00:15	Tak

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
14 z 110 Wykład z ćwiczeniami	Zajęcia	Tomasz Bilik	18-10-2026	14:45	15:30	00:45	Tak
15 z 110 Podsumowanie warsztatu	Zajęcia	Tomasz Bilik	18-10-2026	15:30	16:00	00:30	Tak
16 z 110 Wprowadzenie do psychologii rozwojowej	Zajęcia	Agata Jasińska	14-11-2026	10:00	11:30	01:30	Nie
17 z 110 -	Przerwa	-	14-11-2026	11:30	11:45	00:15	Nie
18 z 110 Studium przypadku	Zajęcia	Agata Jasińska	14-11-2026	11:45	13:15	01:30	Nie
19 z 110 -	Przerwa	-	14-11-2026	13:15	14:00	00:45	Nie
20 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Agata Jasińska	14-11-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
21 z 110 -	Przerwa	-	14-11-2026	15:30	15:45	00:15	Nie
22 z 110 Omówienie przypadków w dyskusja	Zajęcia	Agata Jasińska	14-11-2026	15:45	17:00	01:15	Nie
23 z 110 Warsztat pracy psychologa sportu	Zajęcia	Artur Poczwardowski	15-11-2026	09:00	10:30	01:30	Nie
24 z 110 -	Przerwa	-	15-11-2026	10:30	10:45	00:15	Nie
25 z 110 Praca w grupach	Zajęcia	Artur Poczwardowski	15-11-2026	10:45	12:15	01:30	Nie
26 z 110 -	Przerwa	-	15-11-2026	12:15	13:00	00:45	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
27 z 110 Praca warsztatow a	Zajęcia	Artur Poczwardo wski	15-11-2026	13:00	14:30	01:30	Nie
28 z 110 -	Przerwa	-	15-11-2026	14:30	14:45	00:15	Nie
29 z 110 Praca warsztatow a	Zajęcia	Artur Poczwardo wski	15-11-2026	14:45	15:30	00:45	Nie
30 z 110 Podsumow anie warsztatu	Zajęcia	Artur Poczwardo wski	15-11-2026	15:30	16:00	00:30	Nie
31 z 110 -	Przerwa	-	12-12-2026	11:30	11:45	00:15	Tak
32 z 110 -	Przerwa	-	12-12-2026	13:15	14:00	00:45	Tak
33 z 110 -	Przerwa	-	12-12-2026	15:30	15:45	00:15	Tak
34 z 110 -	Przerwa	-	13-12-2026	10:30	10:45	00:15	Tak
35 z 110 -	Przerwa	-	13-12-2026	12:15	13:00	00:45	Tak
36 z 110 -	Przerwa	-	13-12-2026	14:30	14:45	00:15	Tak
37 z 110 wprowadze nie do zasad budowania warsztatów i webinarów	Zajęcia	Tomasz Bilik	16-01-2027	10:00	11:30	01:30	Nie
38 z 110 -	Przerwa	-	16-01-2027	11:30	11:45	00:15	Nie
39 z 110 Studium przypaku	Zajęcia	Tomasz Bilik	16-01-2027	11:45	13:15	01:30	Nie
40 z 110 -	Przerwa	-	16-01-2027	13:15	14:00	00:45	Nie
41 z 110 Praca warsztatow a	Zajęcia	Tomasz Bilik	16-01-2027	14:00	15:30	01:30	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
42 z 110 -	Przerwa	-	16-01-2027	15:30	15:45	00:15	Nie
43 z 110 Omówienie przykładów dyskusja podsumowanie dnia	Zajęcia	Tomasz Bilik	16-01-2027	15:45	17:00	01:15	Nie
44 z 110 Wprowadzenie do warsztatu psychologa sportu	Zajęcia	Kamil Damentka	17-01-2027	09:00	10:30	01:30	Nie
45 z 110 -	Przerwa	-	17-01-2027	10:30	10:45	00:15	Nie
46 z 110 Praca w grupach	Zajęcia	Kamil Damentka	17-01-2027	10:45	12:15	01:30	Nie
47 z 110 -	Przerwa	-	17-01-2027	12:15	13:00	00:45	Nie
48 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Kamil Damentka	17-01-2027	13:00	14:30	01:30	Nie
49 z 110 -	Przerwa	-	17-01-2027	14:30	14:45	00:15	Nie
50 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Kamil Damentka	17-01-2027	14:45	15:30	00:45	Nie
51 z 110 Podsumowanie	Zajęcia	Kamil Damentka	17-01-2027	15:30	16:00	00:30	Nie
52 z 110 Wprowadzenie do zasad prowadzenia spotkań edukacyjnych	Zajęcia	Tomasz Bilik	20-02-2027	10:00	11:30	01:30	Nie
53 z 110 -	Przerwa	-	20-02-2027	11:30	11:45	00:15	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
54 z 110 Studium przypadku	Zajęcia	Tomasz Bilik	20-02-2027	11:45	13:15	01:30	Nie
55 z 110 -	Przerwa	-	20-02-2027	13:15	14:00	00:45	Nie
56 z 110 Praca warsztatow a	Zajęcia	Tomasz Bilik	20-02-2027	14:00	15:30	01:30	Nie
57 z 110 -	Przerwa	-	20-02-2027	15:30	15:45	00:15	Nie
58 z 110 Omówienie przykładów, dyskusją podsumow anie dnia	Zajęcia	Tomasz Bilik	20-02-2027	15:45	17:00	01:15	Nie
59 z 110 Wprowadze nie do warsztatu pracy z rodzicem i trenerem	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	21-02-2027	09:00	10:30	01:30	Nie
60 z 110 -	Przerwa	-	21-02-2027	10:30	10:45	00:15	Nie
61 z 110 Praca w grupach	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	21-02-2027	10:45	12:15	01:30	Nie
62 z 110 -	Przerwa	-	21-02-2027	12:15	13:00	00:45	Nie
63 z 110 Praca warsztatow a	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	21-02-2027	13:00	14:30	01:30	Nie
64 z 110 -	Przerwa	-	21-02-2027	14:30	14:45	00:15	Nie
65 z 110 Praca warsztatow a	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	21-02-2027	14:45	15:30	00:45	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
66 z 110 Podsumowanie warsztatu	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	21-02-2027	15:30	16:00	00:30	Nie
67 z 110 Wprowadzenie do zasad budowania filozofii pracy psychologa sportu	Zajęcia	Artur Poczwardowski	20-03-2027	10:00	11:30	01:30	Tak
68 z 110 -	Przerwa	-	20-03-2027	11:30	11:45	00:15	Tak
69 z 110 Studium przypadku	Zajęcia	Artur Poczwardowski	20-03-2027	11:45	13:15	01:30	Tak
70 z 110 -	Przerwa	-	20-03-2027	13:15	14:00	00:45	Tak
71 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Artur Poczwardowski	20-03-2027	14:00	15:30	01:30	Tak
72 z 110 -	Przerwa	-	20-03-2027	15:30	15:45	00:15	Tak
73 z 110 Omówienie przypadków, dyskusja, podsumowanie dnia	Zajęcia	Artur Poczwardowski	20-03-2027	15:45	17:00	01:15	Tak
74 z 110 Interwencje psychologiczne i dialog motywujący	Zajęcia	Artur Poczwardowski	21-03-2027	09:00	10:30	01:30	Tak
75 z 110 -	Przerwa	-	21-03-2027	10:30	10:45	00:15	Tak

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
76 z 110 Praca w grupach - zasady dialogi motywujące go	Zajęcia	Artur Poczwardowski	21-03-2027	10:45	12:15	01:30	Tak
77 z 110 -	Przerwa	-	21-03-2027	12:15	13:00	00:45	Tak
78 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Artur Poczwardowski	21-03-2027	13:00	14:30	01:30	Tak
79 z 110 -	Przerwa	-	21-03-2027	14:30	14:45	00:15	Tak
80 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Artur Poczwardowski	21-03-2027	14:45	15:30	00:45	Tak
81 z 110 Podsumowanie	Zajęcia	Artur Poczwardowski	21-03-2027	15:30	16:00	00:30	Tak
82 z 110 Wprowadzenie do zaburzeń klinicznych w sporcie	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	17-04-2027	10:00	11:30	01:30	Nie
83 z 110 -	Przerwa	-	17-04-2027	11:30	11:45	00:15	Nie
84 z 110 Studium przypadku	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	17-04-2027	11:45	13:15	01:30	Nie
85 z 110 -	Przerwa	-	17-04-2027	13:15	14:00	00:45	Nie
86 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	17-04-2027	14:00	15:30	01:30	Nie
87 z 110 -	Przerwa	-	17-04-2027	15:30	15:45	00:15	Tak

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
88 z 110 Omówienie przypadku w dyskusja, podsumowanie dnia	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	17-04-2027	15:45	17:00	01:15	Nie
89 z 110 Wprowadzenie do pracy z drużynami w sporcie	Zajęcia	Kamil Damentka	18-04-2027	09:00	10:30	01:30	Nie
90 z 110 -	Przerwa	-	18-04-2027	10:30	10:45	00:15	Nie
91 z 110 Praca w grupach	Zajęcia	Kamil Damentka	18-04-2027	10:45	12:15	01:30	Nie
92 z 110 -	Przerwa	-	18-04-2027	12:15	13:00	00:45	Nie
93 z 110 praca warsztatowa	Zajęcia	Kamil Damentka	18-04-2027	13:00	14:30	01:30	Nie
94 z 110 -	Przerwa	-	18-04-2027	14:30	14:45	00:15	Nie
95 z 110 Pracaw warsztatowa	Zajęcia	Kamil Damentka	18-04-2027	14:45	15:30	00:45	Nie
96 z 110 Podsumowanie	Zajęcia	Kamil Damentka	18-04-2027	15:30	16:00	00:30	Nie
97 z 110 Wprowadzenie do neuroróżnorodności w sporcie	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	22-05-2027	10:00	11:30	01:30	Tak
98 z 110 -	Przerwa	-	22-05-2027	11:30	11:45	00:15	Tak
99 z 110 Studium przypadku	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	22-05-2027	11:45	13:15	01:30	Tak

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
100 z 110 -	Przerwa	-	22-05-2027	13:15	14:00	00:45	Tak
101 z 110 Praca warsztatowa	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	22-05-2027	14:00	15:30	01:30	Tak
102 z 110 -	Przerwa	-	22-05-2027	15:30	15:45	00:15	Tak
103 z 110 Omówienie przypadków w dyskusja podsumowanie dnia	Zajęcia	Dr Martyna Tadzik	22-05-2027	15:45	17:00	01:15	Tak
104 z 110 Prezentacja projektów rocznych	Zajęcia	ALEKSANDRA POGORZELSKA	23-05-2027	09:00	10:30	01:30	Tak
105 z 110 -	Przerwa	-	23-05-2027	10:30	10:45	00:15	Tak
106 z 110 Prezentacja projektów rocznych	Zajęcia	ALEKSANDRA POGORZELSKA	23-05-2027	10:45	12:15	01:30	Tak
107 z 110 -	Przerwa	-	23-05-2027	12:15	13:00	00:45	Tak
108 z 110 Prezentacja projektów rocznych	Zajęcia	ALEKSANDRA POGORZELSKA	23-05-2027	13:00	14:30	01:30	Tak
109 z 110 -	Przerwa	-	23-05-2027	14:30	14:45	00:15	Tak
110 z 110 -	Walidacja	-	23-05-2027	14:45	15:30	00:45	Tak

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	111:30
w tym suma godzin zajęć	90:45
w tym suma godzin walidacji	00:45

Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma przerw	20:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	122:00

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	19 680,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	16 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	176,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	143,50 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	111:30

Prowadzący

Liczba prowadzących: 6



1 z 6

Dr Martyna Tadzik

psycholożka sportu , rekomendowaną przez Polski Komitet Olimpijski i Polskie Towarzystwo Psychologiczne, posiadającą Certyfikat Psychologa Sportu Klasy I. Prowadzi regularną praktykę

gabinetową i warsztatową oferując wsparcie psychologiczne dla zawodników, rodziców sportowców, trenerów oraz osób zarządzających klubami i drużynami sportowymi. Pełni funkcję psychologa sportu w Kadrze Narodowej w dyscyplinie Breaking, współpracując zarówno z kadrą młodzieżową, jak i seniorską. Ma wieloletnie doświadczenie w pracy z zawodnikami klubów sportowych oraz Szkoły Mistrzostwa Sportowego, wspierając sportowców w dyscyplinach indywidualnych i zespołowych. Aktualnie pracuje z zawodnikami kolarstwa szosowego i MTB, kajakarstwa, karate, piłki nożnej, motocrossu i MMA. Szczególnie interesuje się tematyką zdrowia psychicznego w sporcie, wypalenia zawodowego wśród trenerów oraz stylami rodzicielstwa w sporcie. Jest także wykładowczynią w Akademii Psychologii Sportu, gdzie dzieli się swoją wiedzą i doświadczeniem z przyszłymi specjalistami.



2 z 6

Agata Jasińska

Agata Jasińska jest psycholożką sportu, specjalizującą się zarówno w tradycyjnych, jak i elektronicznych dyscyplinach sportowych. Pełni funkcję nauczycielki akademickiej oraz koordynatorki kierunku e-sportu na ANS. Prowadzi psychoedukacyjny profil na Instagramie "mastermind_agatjasinska", skierowany do rodziców, trenerów i zawodników, gdzie dzieli się wiedzą z zakresu psychologii sportu i rozwoju mentalnego.

Swoją pracę opiera na rzetelnej wiedzy zdobytej podczas studiów, licznych szkoleń oraz regularnej superwizji. Bliska jest jej terapia trzeciej fali, szczególnie Terapia Akceptacji i Zaangażowania (ACT). W pracy kieruje się wartościami takimi jak szczerość, zaangażowanie, elastyczność i szacunek.

Jako była zawodniczka tańca, Ultimate Frisbee oraz Roundnet Spikeball, rywalizowała na poziomie krajowym i międzynarodowym. Współpracuje zarówno z profesjonalnymi amatorami, jak i olimpijczykami, wspierając ich w rozwijaniu odporności psychicznej i osiąganiu celów sportowych. Obecnie związana jest z Klubem RK Athletics.



3 z 6

Tomasz Bilik

Tomasz Bilik jest psychologiem sportu i trenerem umiejętności mentalnych, a także aktywnym pasjonatem sportu. Ukończył psychologię na Uniwersytecie SWPS oraz Akademię Psychologii Sportu. Jego sportowa droga rozpoczęła się od juniorskiej kariery w judo, a przez osiem lat pracował jako instruktor rekreacji ruchowej. Obecnie uprawia sport amatorsko, m.in. startując w amatorskich ligach hokeja na lodzie.

W swojej pracy koncentruje się na rozwoju mentalnym zawodników, kładąc szczególny nacisk na radość płynącą z uprawiania sportu – niezależnie od wieku i poziomu zaawansowania. Wspiera zarówno w osiąganiu celów sportowych, jak i w znalezieniu równowagi między sportem a innymi ważnymi obszarami życia, takimi jak szkoła, praca czy rodzina.

Łącząc kompetencje psychologa sportu i trenera mentalnego, skutecznie wspiera rozwój umiejętności psychologicznych oraz pomaga zawodnikom radzić sobie w sytuacjach kryzysowych, dbając o ich zdrowie psychiczne. Oprócz pracy indywidualnej prowadzi warsztaty w klubach sportowych, współpracując zarówno z zawodnikami, jak i z ich trenerami oraz rodzicami.



4 z 6

Kamil Damentka

jest psychologiem sportu, wykładowcą akademickim oraz byłym zawodnikiem Kadry Narodowej w triathlonie. Ukończył studia magisterskie z psychologii na Uniwersytecie SWPS (Wydział w Sopocie) oraz Akademię Psychologii Sportu. Jest również trenerem umiejętności mentalnych PTNEPiB oraz pracownikiem dydaktycznym w Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu im. Jędrzeja

Śniadeckiego w Gdańsku.

W swojej pracy opiera się na Terapii Akceptacji i Zaangażowania (ACT), Psychologii Pozytywnej oraz Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (TSR). Regularnie uczestniczy w konferencjach naukowych, dbając o to, by jego praktyka była oparta na najnowszych badaniach. Jego praca podlega stałej superwizji, co gwarantuje najwyższą jakość wsparcia, jakie oferuje zawodnikom.

Jako sportowiec przez osiem lat reprezentował Polskę w Kadrze Narodowej, zdobywając liczne medale mistrzostw Polski we wszystkich kategoriach wiekowych. Startował na arenie międzynarodowej, biorąc udział w Mistrzostwach Europy i Świata w kategoriach juniorskich i młodzieżowych. Jego największym osiągnięciem jest wicemistrzostwo świata w aquathlonie do lat 23. Obecnie trenuje bieganie na dystansie 5 km, z rekordem życiowym 15:04.

Łącząc doświadczenie zawodnicze z psychologią sportu, pomaga sportowcom rozwijać umiejętności mentalne i osiągać pełen potencjał w rywalizacji.



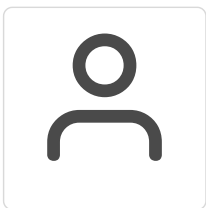
5 z 6

Artur Poczwardowski

jest profesorem psychologii sportu i osiągnięć na University of Denver, gdzie prowadzi zajęcia dydaktyczne, prowadzi badania naukowe oraz nadzoruje praktyki konsultingowe studentów, pełniąc jednocześnie rolę superwizora.

Jako psycholog sportowy współpracuje z trzema drużynami Paraolimpijskimi Team USA w sportach zimowych, uczestnicząc w ich przygotowaniach do igrzysk w PyeongChang 2018 i Beijing 2022. Jego dorobek naukowy obejmuje ponad 60 publikacji, w tym artykuły i rozdziały w książkach, a także współredakcję trzech książek naukowych. Jest autorem i współautorem ponad 200 prezentacji naukowych i edukacyjnych.

Z wykształcenia nauczyciel wychowania fizycznego, posiada tytuł trenera II klasy w judo oraz uprawnienia instruktorskie w siedmiu dyscyplinach sportowych. Jego szerokie doświadczenie łączy teorię i praktykę, przyczyniając się do rozwoju psychologii sportu na poziomie akademickim i praktycznym.



6 z 6

ALEKSANDRA POGORZELSKA

jest psycholożką specjalizującą się w pracy ze sportowcami i liderami biznesu. Trenerka II klasy pływania, była zawodniczka triathlonu i wielokrotna medalistka Mistrzostw Polski. Wykładowczyni akademicka w Akademii Psychologii Sportu oraz na Uniwersytecie SWPS.

Przez wiele lat pełniła rolę psychologa sportu, współpracując z zawodnikami Kadr Narodowych w triathlonie, żeglarskim i lekkiej atletyce. Przez 11 lat zarządzała studiami podyplomowymi z psychologii sportu na jednym z czołowych polskich uniwersytetów. Obecnie doradza zarządom organizacji biznesowych, wspierając ich rozwój strategiczny.

Łączy doświadczenie zawodnicze, psychologiczną ekspertyzę i wiedzę menedżerską, wspierając rozwój zarówno w sporcie, jak i biznesie.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik szkolenia otrzyma **kompletny zestaw materiałów dydaktycznych**, wspierających proces uczenia się przed, w trakcie i po zakończeniu zajęć.

W skład pakietu uczestnika wchodzi:

1. **Teczka szkoleniowa** zawierająca:
 2. wydrukowane prezentacje PowerPoint wykorzystywane podczas zajęć,
 3. zestaw praktycznych **narzędzi i formularzy** do pracy ze sportowcami,
 4. **workbook z case study** – zestaw scenariuszy i zadań do analizy oraz ćwiczeń w parach lub małych grupach.
 5. **Materiały przygotowawcze przed szkoleniem** – zestaw artykułów i opracowań naukowych w formie PDF, pozwalających uczestnikom zapoznać się z podstawowymi pojęciami i przygotować do pracy warsztatowej.
 6. **Materiały uzupełniające po szkoleniu** – dodatkowe opracowania, bibliografia, arkusze ćwiczeń oraz nagrania wybranych fragmentów wykładów, umożliwiające **utrwalenie i samodzielne pogłębienie wiedzy** po zakończeniu modułu.
 7. Wszystkie materiały przekazywane są zarówno w formie **drukowanej**, jak i **cyfrowej**

Warunki uczestnictwa

Szkolenie jest skierowane do osób dorosłych, które planują rozwój lub podjęcie pracy w obszarze psychologii sportu i treningu mentalnego oraz chcą rozwijać kompetencje w zakresie wspierania zawodników, trenerów i rodziców sportowych.

Grupa docelowa obejmuje w szczególności: psychologów, trenerów sportowych, nauczycieli, zawodników, działaczy sportowych oraz inne osoby działające w środowisku sportowym, zainteresowane pracą z mentalem w sporcie.

Informacje dodatkowe

Walidacja odbywa się w terminie 23.05.2027 r. Walidacja odbędzie się w warunkach symulowanych.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.

Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług. Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio.

Warunki techniczne

Zajęcia będą realizowane również w formule zdalnej **online na platformie Zoom** (spotkania synchroniczne na żywo). Uczestnik otrzyma link do spotkania oraz instrukcję logowania przed terminem zajęć.

Minimalne wymagania techniczne (sprzęt i łącze):

- komputer/laptop (zalecane) lub tablet/smartfon,
- stabilne łącze internetowe: **min. 10 Mb/s pobieranie i 2 Mb/s wysyłanie** (zalecane: 20/5 Mb/s),
- sprawne głośniki/słuchawki oraz mikrofon (zalecane słuchawki z mikrofonem),
- zalecana kamera internetowa (wymagana w wybranych ćwiczeniach interaktywnych, np. praca w parach/grupach).

Niezbędne oprogramowanie:

- aplikacja **Zoom** (zalecana aktualna wersja na komputer lub urządzenie mobilne) albo możliwość dołączenia przez przeglądarkę,
- aktualna przeglądarka internetowa (np. Chrome/Edge/Firefox/Safari),
- możliwość odbierania materiałów i linków (adres e-mail).

Dodatkowe zalecenia organizacyjne:

- ciche miejsce pracy umożliwiające udział w zajęciach,
- możliwość korzystania z funkcji Zoom: czat, udostępnianie ekranu (opcjonalnie), pokoje breakout rooms.

Adres

ul. Bitwy pod Płowcami 68A
81-701 Sopot
woj. pomorskie

Szkolenie odbywa się w Sopotkim Klubie Żeglarskim Navigo, położonym w bezpośrednim sąsiedztwie plaży i mariny w Sopocie. To kameralne i inspirujące miejsce, sprzyjające pracy warsztatowej, wymianie doświadczeń i rozwojowi osobistemu.

Zajęcia prowadzone są w salach szkoleniowych Klubu wyposażonych w niezbędne zaplecze dydaktyczne – rzutnik multimedialny, ekran, tablicę flipchart oraz dostęp do Internetu.

Miejsce posiada zaplecze sanitarne dla uczestników.

Uczestnicy mają również możliwość korzystania z przestrzeni wspólnej z widokiem na Zatokę Gdańską, co tworzy przyjazną atmosferę i sprzyja koncentracji, refleksji oraz integracji grupy.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Aleksandra Pogorzelska

E-mail aleksandra.pogorzelska@akademiapsychologiisportu.pl

Telefon (+48) 506 110 213