

Fundacja EDU
ACTIVE

★★★★★ 4,9 / 5

96 ocen

**Kurs Trenerski UEFA B wraz ze szkoleniem
z pierwszej pomocy**

Numer usługi 2026/08/12/162797/3743513

📍 Zarzecze

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 43:00 h

📅 10.10.2026 do 22.11.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

116,28 PLN brutto/h

116,28 PLN netto/h

264,37 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Sport

Usługa skierowana jest do osób zainteresowanych zdobyciem kwalifikacji trenera piłki nożnej **UEFA B** oraz rozwinięciem kompetencji niezbędnych do planowania, organizowania, prowadzenia i analizowania procesu szkolenia zawodników zgodnie ze standardami UEFA i PZPN. Szkolenie przygotowuje uczestników do samodzielnego prowadzenia procesu treningowego dzieci, młodzieży i dorosłych zawodników w klubach sportowych, akademiach piłkarskich oraz innych organizacjach prowadzących szkolenie w zakresie piłki nożnej.

Uczestnikami kursu mogą być w szczególności:

Grupa docelowa usługi

- trenerzy posiadający kwalifikacje UEFA C, zainteresowani uzyskaniem licencji UEFA B,
- trenerzy pracujący w klubach sportowych i akademiach piłkarskich, chcący podnieść swoje kwalifikacje zawodowe,
- byli i obecni zawodnicy piłki nożnej planujący rozwój kariery trenerskiej,
- nauczyciele wychowania fizycznego prowadzący lub planujący prowadzenie szkolenia piłkarskiego,
- instruktorzy sportu oraz osoby prowadzące szkolenie dzieci, młodzieży i dorosłych

Minimalna liczba uczestników

15

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji

08-10-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Cel

Cel edukacyjny

Celem usługi jest przygotowanie uczestników do samodzielnego planowania, organizowania, prowadzenia oraz analizowania procesu szkolenia piłkarskiego zgodnie ze standardami UEFA i PZPN. Uczestnicy zdobędą zaawansowaną wiedzę oraz praktyczne umiejętności z zakresu metodyki treningu, analizy gry, przygotowania technicznego, taktycznego, motorycznego i mentalnego zawodników, planowania i ewaluacji procesu treningowego oraz skutecznego zarządzania środowiskiem szkoleniowym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje rolę i kompetencje trenera piłki nożnej.	Określa zadania trenera, zasady komunikacji, motywowania i budowania relacji z zawodnikami.	Test teoretyczny
Planuje proces szkoleniowy z uwzględnieniem periodyzacji taktycznej.	Dobiera rozwiązania do liczby jednostek treningowych oraz planuje mikrocykl.	Test teoretyczny
Dobiera środki przygotowania motorycznego do potrzeb zawodników.	Rozróżnia sposoby kształtowania siły, szybkości i wytrzymałości oraz zasady prewencji urazów.	Test teoretyczny
Analizuje profile zawodników i dobiera je do sposobu gry zespołu.	Charakteryzuje profile zawodników i uzasadnia ich dobór do struktury oraz modelu gry.	Test teoretyczny
Przeprowadza analizę indywidualną zawodnika.	Prawidłowo obserwuje mecz, identyfikuje zachowania zawodnika i formułuje wnioski szkoleniowe. rozpoznaje stany zagrożenia zdrowia i życia, prawidłowo wzywa pomoc, wykonuje podstawowe czynności z zakresu pierwszej pomocy, w tym resuscytację krążeniowo-oddechową oraz postępowanie w przypadku utraty przytomności, podejmuje działania adekwatne do rodzaju urazu lub nagłego zachorowania.	Test teoretyczny
Charakteryzuje rolę bramkarza i dobiera środki do jego szkolenia.	Dobiera środki treningowe i potrafi zaplanować pracę z bramkarzem.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Organizuje grę zespołu w fazie atakowania w strukturze 1-4-3-3.	Dobiera rozwiązania dotyczące otwarcia, budowania, rozwinięcia i finalizacji gry oraz projektuje środki treningowe.	Test teoretyczny
Organizuje grę zespołu w fazie bronienia w strukturze 1-4-3-3.	Dobiera rozwiązania dla obrony wysokiej, średniej, niskiej i obrony pola karnego.	Test teoretyczny
Projektuje i prowadzi jednostkę treningową.	Dobiera cele, środki i organizację treningu adekwatnie do założonego celu szkoleniowego.	Test teoretyczny
Analizuje własną pracę i rozwija warsztat trenerski.	Formułuje wnioski z obserwacji treningu, udziału w mikrogrupach i analizy własnych działań.	Test teoretyczny
Stosuje zasady bezpieczeństwa i udzielania pierwszej pomocy.	Rozpoznaje stan zagrożenia, wzywa pomoc i podejmuje podstawowe czynności ratunkowe, w tym RKO i użycie AED.	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

1. Pierwsza pomoc

- ocena stanu poszkodowanego i wezwanie pomocy,
- podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy,
- RKO oraz użycie AED,
- postępowanie przy najczęstszych urazach i stanach nagłych na boisku.

1. Rola trenera pracującego z młodzieżą i seniorem amatorem

- rola i zadania trenera,
- kompetencje trenera w procesie szkoleniowym,
- odpowiedzialność za zawodników i proces treningowy,
- komunikacja, motywowanie i budowanie relacji z zawodnikami.

1. Przygotowanie motoryczne – motoryka

- znaczenie przygotowania motorycznego w piłce nożnej,
- kształtowanie siły, szybkości i wytrzymałości,
- podstawy periodyzacji przygotowania motorycznego,
- prewencja urazów i przygotowanie zawodnika do wysiłku.

1. Planowanie procesu szkoleniowego

- zasady planowania pracy trenera,
- podejście holistyczne i periodyzacja taktyczna,
- planowanie jednostek treningowych i mikrocykli,
- dostosowanie planowania do liczby jednostek treningowych.

1. Profile zawodników – scouting

- charakterystyka profili zawodników,
- zawodnicy wewnątrz i na zewnątrz struktury,
- zawodnicy zabezpieczający,
- dobór profilu zawodnika do sposobu gry zespołu.

1. Analiza gry

- podstawy analizy gry zespołu i zawodnika,
- obserwacja i ocena zachowań zawodników,
- analiza indywidualna,
- formułowanie wniosków na potrzeby procesu szkoleniowego.

1. Bramkarz

- charakterystyka roli i gry bramkarza,
- specyfika pracy z bramkarzem,
- przygotowanie środków treningowych,
- praktyczne zastosowanie i omówienie treningu bramkarskiego.

1. Otwarcie gry w strukturze 1-4-3-3

- zasady organizacji otwarcia gry,
- ustawienie i zadania zawodników w strukturze 1-4-3-3,
- wykorzystanie przestrzeni podczas otwarcia gry,
- przygotowanie i realizacja środków treningowych.

1. Budowanie gry w strukturze 1-4-3-3

- zasady budowania gry,
- organizacja zawodników i wykorzystanie przestrzeni,
- tworzenie przewag w procesie budowania akcji,
- przygotowanie i realizacja środków treningowych.

1. Rozwinięcie gry i finalizacja w strukturze 1-4-3-3

- zasady rozwinięcia gry,
- organizacja zespołu w fazie rozwinięcia,
- przejście do fazy finalizacji,
- przygotowanie i realizacja środków treningowych.

1. Obrona wysoka w strukturze 1-4-3-3

- zasady organizacji obrony wysokiej,
- pressing i odbiór piłki w wysokiej strefie,
- wzajemna asekuracja i współpraca formacji,
- przygotowanie i realizacja środków treningowych.

1. **Obrona średnia w strukturze 1-4-3-3**

- zasady organizacji obrony średniej,
- decyzje dotyczące wypychania i opadania,
- organizacja poszczególnych formacji,
- przygotowanie i realizacja środków treningowych.

1. **Obrona niska w strukturze 1-4-3-3**

- zasady organizacji obrony niskiej,
- ochrona przestrzeni i bramki,
- współpraca i asekuracja zawodników,
- przygotowanie i realizacja środków treningowych.

1. **Obrona pola karnego w strukturze 1-4-3-3**

- organizacja obrony pola karnego,
- ochrona bramki i kluczowych przestrzeni,
- reakcje zawodników na sytuacje podbramkowe,
- przygotowanie i realizacja środków treningowych.

1. **Walidacja efektów uczenia się**

- weryfikacja wiedzy i umiejętności zdobytych podczas szkolenia,
- ocena osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się,
- podsumowanie procesu szkoleniowego.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 30 Pierwsza pomoc	Zajęcia	Łukasz Dyrkacz	10-10-2026	08:30	11:00	02:30
2 z 30 -	Przerwa	-	10-10-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 30 Pierwsza pomoc	Zajęcia	Łukasz Dyrkacz	10-10-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 30 Rola trenera pracującego z młodzieżą i seniorem amatorem	Zajęcia	Grzegorz Sitek	24-10-2026	08:30	11:00	02:30
5 z 30 -	Przerwa	-	24-10-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 30 Motoryka	Zajęcia	Grzegorz Sitek	24-10-2026	11:15	12:45	01:30
7 z 30 -	Przerwa	-	24-10-2026	12:45	13:30	00:45
8 z 30 Planowanie	Zajęcia	Grzegorz Sitek	24-10-2026	13:30	15:30	02:00
9 z 30 Profile zawodników – scouting	Zajęcia	Krzysztof Hus	25-10-2026	08:30	11:00	02:30
10 z 30 -	Przerwa	-	25-10-2026	11:00	11:15	00:15
11 z 30 Analiza gry	Zajęcia	Krzysztof Hus	25-10-2026	11:15	12:45	01:30
12 z 30 -	Przerwa	-	25-10-2026	12:45	13:30	00:45
13 z 30 Bramkarz	Zajęcia	Krzysztof Hus	25-10-2026	13:30	15:45	02:15
14 z 30 Otwarcie gry w strukturze 1-4-3-3	Zajęcia	Oleksy Łukasz	07-11-2026	08:30	11:00	02:30
15 z 30 -	Przerwa	-	07-11-2026	11:00	11:15	00:15
16 z 30 Budowanie gry w strukturze 1-4-3-3	Zajęcia	Oleksy Łukasz	07-11-2026	11:15	12:45	01:30
17 z 30 -	Przerwa	-	07-11-2026	12:45	13:30	00:45
18 z 30 Rozwinięcie gry i finalizacja w strukturze 1-4-3-3	Zajęcia	Oleksy Łukasz	07-11-2026	13:30	15:45	02:15
19 z 30 Obrona wysoka w strukturze 1-4-3-3	Zajęcia	Białek Janusz	08-11-2026	08:30	11:00	02:30
20 z 30 -	Przerwa	-	08-11-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 30 Obrona średnia (wypycham/o padam) w strukturze 1-4-3-3	Zajęcia	Białek Janusz	08-11-2026	11:15	12:45	01:30
22 z 30 -	Przerwa	-	08-11-2026	12:45	13:30	00:45
23 z 30 Obrona średnia (wypycham/o padam) w strukturze 1-4-3-3	Zajęcia	Białek Janusz	08-11-2026	13:30	15:45	02:15
24 z 30 Obrona niska w strukturze 1-4-3-3	Zajęcia	Krzysztof Hus	21-11-2026	08:30	11:00	02:30
25 z 30 -	Przerwa	-	21-11-2026	11:00	11:15	00:15
26 z 30 Obrona niska w strukturze 1-4-3-3	Zajęcia	Krzysztof Hus	21-11-2026	11:15	12:45	01:30
27 z 30 -	Przerwa	-	21-11-2026	12:45	13:30	00:45
28 z 30 Obrona pola karnego w strukturze 1-4-3-3	Zajęcia	Krzysztof Hus	21-11-2026	13:30	15:45	02:15
29 z 30 -	Walidacja	-	22-11-2026	08:30	10:45	02:15
30 z 30 -	Przerwa	-	22-11-2026	10:45	11:00	00:15

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	43:00
w tym suma godzin zajęć	35:15
w tym suma godzin walidacji	02:15

Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma przerw	05:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	50:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	116,28 PLN
Koszt osobogodziny netto	116,28 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	43:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 5



1 z 5

Krzysztof Hus

Edukator



2 z 5

Oleksy Łukasz

Edukator



3 z 5

Białek Janusz

Edukator



4 z 5

Łukasz Dyrkacz

Ratownik medyczny



5 z 5

Grzegorz Sitek

Edukator

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Organizator zapewnia uczestnikom materiały dydaktyczne niezbędne do realizacji usługi, w tym prezentacje, opracowania tematyczne, konspekty, materiały szkoleniowe oraz dokumenty związane z realizacją programu **Kursu Trenerskiego UEFA B** wraz ze szkoleniem z pierwszej pomocy. Na potrzeby zajęć praktycznych uczestnikom zostanie udostępniony sprzęt sportowy i treningowy niezbędny do realizacji programu szkolenia.

Podczas modułu pierwszej pomocy organizator zapewni pomoce dydaktyczne oraz sprzęt szkoleniowy umożliwiające przeprowadzenie ćwiczeń praktycznych. Wszystkie materiały i pomoce dydaktyczne będą dostosowane do zakresu tematycznego poszczególnych modułów szkoleniowych.

W ramach realizacji usługi każdy uczestnik otrzyma również **kompletny strój sportowy**, obejmujący: spodnie sportowe, kurtkę sportową, koszulki treningowe oraz spodenki treningowe. Odzież sportowa zostanie przeznaczona do wykorzystania podczas zajęć praktycznych i treningowych realizowanych w ramach kursu.

Informacje dodatkowe

W ramach usługi uczestnicy otrzymują dodatkowe wsparcie procesu uczenia się, obejmujące:

- dostęp do materiałów i modułów e-learningowych uzupełniających program Kursu Trenerskiego UEFA B;
- udział w wyjazdach studyjnych, obejmujących obserwację zajęć treningowych, analizę procesu szkoleniowego oraz omówienie zastosowanych rozwiązań;
- indywidualne konsultacje z edukatorem/specjalistą w zakresie planowania treningu, analizy gry i rozwoju warsztatu trenera;
- materiały dydaktyczne, prezentacje, opracowania i konspekty związane z tematyką kursu;
- sprzęt sportowy i treningowy oraz pomoce dydaktyczne wykorzystywane podczas zajęć praktycznych i szkolenia z pierwszej pomocy;
- wsparcie w przygotowaniu do walidacji efektów uczenia się, w tym egzaminów;
- strój sportowy dla uczestnika: spodnie, kurtka, koszulki treningowe i spodenki.

Adres

ul. Świętego Jana Pawła II 9
37-205 Zarzecze

woj. podkarpackie

Część teoretyczna usługi będzie realizowana w sali wykładowej wyposażonej w niezbędny sprzęt multimedialny umożliwiający prowadzenie zajęć dydaktycznych. Część praktyczna będzie odbywać się na boisku piłkarskim wyposażonym w sprzęt treningowy niezbędny do prowadzenia zajęć praktycznych. Zajęcia z zakresu pierwszej pomocy będą realizowane w sali szkoleniowej wyposażonej w sprzęt i pomoce dydaktyczne umożliwiające przeprowadzenie ćwiczeń praktycznych, w tym fantomy oraz materiały do nauki udzielania pierwszej pomocy.

Kontakt



URSZULA KULA

E-mail biuro@edu-active.pl

Telefon (+48) 519 356 505