

WALDEMAR WARCHOŁA

Trener Piłki Nożnej UEFA A
specjalizacja przygotowanie fizyczne

05/10/1989

+48 721 145 821
warchol.waldemar@gmail.com

PROFIL TRENERSKI

Jestem otwartą i komunikatywną osobą. W swojej pracy z zespołem opieram się na wzajemnym szacunku i partnerskich relacjach z zawodnikami. Jestem wymagający dla siebie oraz ludzi, z którymi pracuję. Nie zależnie od poziomu staram się wprowadzać wysokie standardy i profesjonalizm pracy.

Mój zespół musi odznaczać charakter, odwagę, aktywność, szybkość i intensywność. Chcę grać w efektywny sposób, opierając się na dobrej organizacji gry oraz kreatywności i szybkości zawodników.

EDUKACJA



PZPN / PODLASKI ZPN
2021
Kurs trenerski UEFA A



FOOTBALL ASSOCIATION OF WALES
18.03.2018
Kurs trenerski Football Leader Award



TRAIN WITH BRAIN PERFORM CENTER
20.01-29.04.2018
Kurs trenerski Performance Specialist



AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO KATOWICE
2013-2014
Podyplomowe studia "Przygotowanie motoryczne w zespołowych grach sportowych"



AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO KRAKÓW
2008-2013
Studia I i II stopnia Wychowanie Fizyczne



PZPN / DFB
10-19.08.2012
Kurs trenerski UEFA B
Grodzisk Wlk. - Barsinghausen

KOMPETENCJE

TRENERSKIE

- Przygotowanie i prowadzenie jednostek treningowych
- Scouting i rekrutacja zawodników
- Opracowywanie i optymalizacja planu treningowego
- Analiza taktyczna gry
- Profilaktyka i prewencja urazów
- Obsługa profesjonalnych technologii diagnostycznych i treningowych
- Żywnienie i suplementacja w sporcie

MIĘKKIE / INTERPERSONALNE

- Zarządzanie zespołem i organizacją
- Planowanie i realizacja zadań
- Psychologia sportu oraz komunikacja

JĘZYK OBCY

- Język angielski dobra znajomość w mowie i piśmie

DOŚWIADCZENIE TRENERSKIE

PRACA



KS WIĄZOWNICA (3 LIGA GR. IV)
01.07 - obecnie
• trener główny - 1 drużyna



POLONIA PRZEMYSŁ (4 LIGA PODKARPACKA)
19.07 - 31.06.2023
• trener główny - 1 drużyna



LIMANOVIA LIMANOWA (4 LIGA MAŁOPOLSKA)
12.07 - 16.08.2021
• trener główny - 1 drużyna



WIGRY SUWAŁKI S.A. (2 LIGA)
20.07-30.12.2020
• asystent trenera - 1 drużyna
• trener przygotowania fizycznego - 1 drużyna



STAL STALOWA WOLA (2 LIGA)
17.07.2017-15.01.2018
• trener przygotowania fizycznego - 1 drużyna
• asystent trenera - 1 drużyna



SOKÓŁ NISKO (4 LIGA / A KLASA)
15.08.2013 - 20.01.2014
• trener przygotowania motorycznego
• asystent trenera - 1 drużyna
• trener II drużyny (A klasa)

STAŻE



WARTA POZNAŃ (EKSTRAKLASA)
30.11-07.12.2021
I drużyna



HUTNIK KRAKÓW (2 LIGA)
20-28.05.2021
I drużyna



WISŁA KRAKÓW (EKSTRAKLASA)
13-19.01.2020
I drużyna



FKS STAL MIELEC (1 LIGA)
20-29.08.2018
I drużyna



CRACOVIA KRAKÓW (EKSTRAKLASA)
09-13.04.2018
I drużyna



SWANSEA CITY AFC (PREMIER LEAGUE)
16-20.03.2018
Akademia



PZPN/UEFA UEFA EURO U-21
czerwiec 2017
wolontariat
biuro organizacyjne UEFA



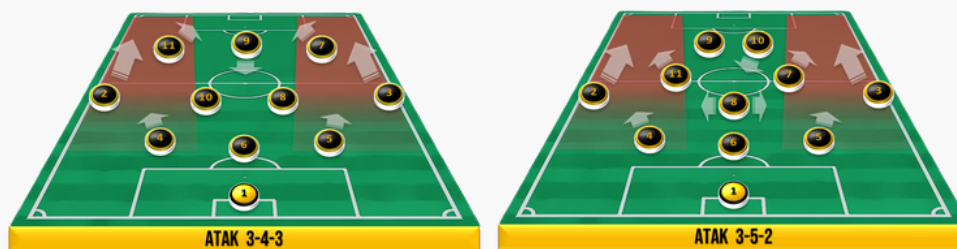
HANOVER 96 (BUNDESLIGA)
15.08.2012
Klub



FUNDAMENTY PRACY:

- Maksymalne zaangażowanie i przygotowanie do pracy
- Bycie normalnym człowiekiem i partnerem moich zawodników
- Entuzjazm i pozytywne nastawienie każdego dnia pracy
- Ambicja, determinacja i wysokie standardy

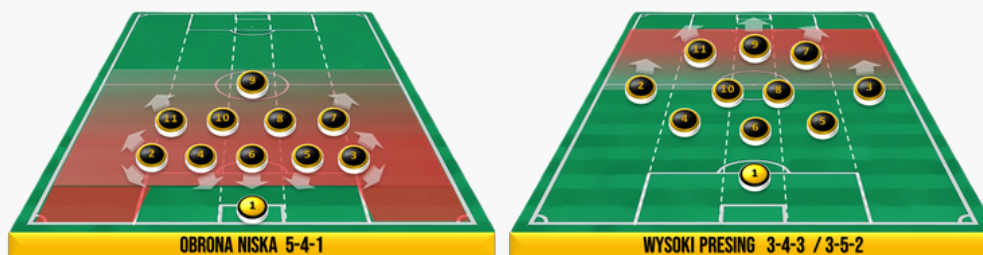
DNA W OFENSYWIE



JAK CHCĘ GRAĆ W POSIADANIU PIŁKI

- Zdominuj posiadanie piłki i przestrzeni
- Kontrola i cierpliwość w rozegraniu piłki
- Szerokość i głębokość ataku
- Patrz i graj do przodu – progresja w grze
- Kreuj sytuacje i szukaj strzału na bramkę
- Doskonale przygotowane stałe fragmenty gry

DNA W DEFENSYWIE



JAK CHCĘ GRAĆ BEZ POSIADANIA PIŁKI

- Szybki odbiór po stracie – zasada 5 sekund
- Bronimy wysoko lub odpadamy do obrony niskiej
- Opóźnij i zablokuj przestrzeń do gry przez środek
- Jesteśmy blisko siebie – kompaktowe ustawienie
- Ukierunkuj grę przeciwnika – gra po obwodzie nie przez środek
- Kontrola i cierpliwość
- Inteligencja i odpowiedzialność
- Doskonale przygotowanie obrony przy stałych fragmentach gry